





## من تأثيرات الإباحية الخطيرة

ترجمة قسم الترجمة بفريق واعي



antiporngroup











:: ترجمـة ::

قسم الترجمة بفريق واعي

جمعه وأعده قسم إعداد الكتب

المهندس خالد يعقوب الجيدة

الأستاذة منار العرايشي

الأستاذة نهى علوش

الدكتورة غادة علي


بسم الله الرحمن الرحيم



# المحتويَات







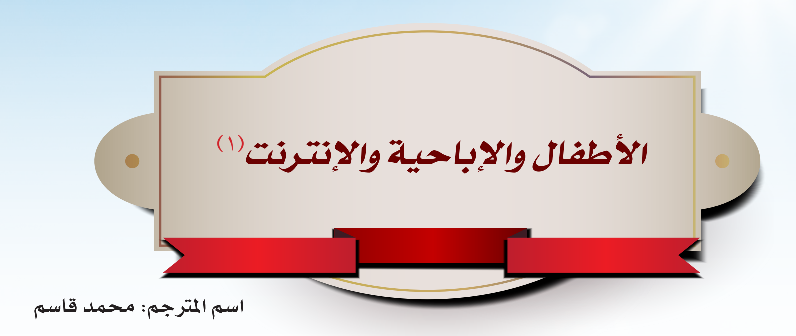



**إلى فريق واعي...**

شركائي في رحلة التغيير ومعركة الوعي، أرسل شكرًا من الأعماق لكم. إلى أصحاب التميّز والأفكار النيّرة.. أزكى التحيّات وأجملها وأنداها وأطيبها.. أرسلها لكم بكلّ ودّ وحب وإخلاص.. تعجز الحروف أن تكتب ما يحمل قلبي من تقدير واحترام.. وأن تصف ما اختلج بملئ فؤادي من ثناء وإعجاب.. فما أجمل أن يكون الإنسان شمعة تُنير دروب الحائرين.

**د. محمد عبد الجواد**

مؤسس فريق واعي



# الأطفال والإباحية والإنترنت[1]

اسم المترجم: محمد قاسم

**نص المقال:**

أتاح لنا التقدم التكنولوجي الحصول على المعلومات بضغطة زر، فشراء الجرائد المحلية أو كتاب أصبح من الأشياء التي مضى عليها الزمن، حيث نفضل الحصول على المعلومات من الإنترنت عن القيادة لمتجر الكتب المحلي، وتجعل الشركات الأمر أسهل وأسهل للمستهلكين لعدم مغادرة منازلهم؛ حيث يمكنهم الحصول على المنتجات بضغطة زر، ولم تتح لنا ضغطة الزر الحصول على السلع فقط ولكنها أتاحت لنا أيضًا زيارة المواقع التي تفسد عقول الكبار والصغار على حد سواء.

لقد ولت الأيام حيث يتسلل الصبيان لإلقاء نظرة في المجلات الإباحية لرؤية صور مثيرة لامرأة عارية، الآن يمكنهم بسرية تامة بواسطة الإنترنت

(1) *Porn, Children and the Internet. (2017). James L. Capra. Retrieved 7 July 2019, from https://jamescapraspeaker.com/2017/09/12/porn-children-and-the-internet/amp/*



زيـارة العديد مـن المواقع الإباحية في أي وقت. الإنترنـت أداة رائعة للعديد من الناس، ولكنه أيضًا تهديد حقيقي يفسـد عقول الكبار والصغار، ويمثل تحديا خطيرا للأسر في هذا العصر.

منـذ أن أصبـح أطفـالي قادريـن عـلى الإدراك والفهـم، اسـتمررت أنـا وزوجتي في تعليمهم أن أعظم معاناة تتمثل في إنكار رغباتنا الأنانية والمدمرة، عـادة نتحـدث عـن المعركـة التي تـدور في أذهاننا بـين الرغبات الشـخصية والعواطف التي لها القدرة على أخذك لأبعد مما تتصور، نحن جميعا نعاني بين إشـباع رغباتنا الشخصية الأنانية وبين ما هو حقيقي وصحي لنا، وعلى وجه التحديد يجب أن نحذرهم بشـأن اسـتخدام الإنترنت والمصائد التي تتشكل للعقول الصغيرة.

قبل بضعه أيام كنت أعمل على حاسوبي الشخصي عندما ضغطت على زر الرجوع عدة مرات لرؤية المواقع التي قمت بزيارتها في وقت سابق وظهرت لي على الشاشة بعض الصور الإباحية، فأدركت حينها أن أحد أطفالي قد قام بزيـارة هذا الموقع الإباحي، فقمت باسـتدعاء زوجتي وعندما وقفت أمامي ونظرت للصور المعروضة على الشاشـة اعتقدت أنني الطرف المذنب، ولكن عندمـا شرحت لها الموقـف طلبت مني مراجعة تاريخ المتصفح ولم أسـتغرق كثـيرا من الوقت لاكتشـاف أي مـن أطفالي قام بزيارة هذا الموقع، وسـألتني



زوجتي: كيف يمكن التعامل مع هذا الموقف الذي بشكل ما أزعجني في البداية؟ لقد عرفت أيًّا من أبنائي قام بزيارة هذا الموقع، ولكني لم أرد أن أشعره بالإحراج بالإضافة إلى شعوره بنوع من الانحراف.

لذلك قمت باستدعائه وإخباره ماذا حدث عندما كنت أعمل على حاسوبي، وكان بإمكاني رؤية الخجل يعلو وجهه، وسألته بطريقة لا اتهمه فيها إذا كان قد فعل هذا، فاعترف لي بشكل خجول فسألته ما أعتبره الآن أغبى سؤال: لماذا قمت بذلك؟!

لم يجد إجابة لسؤالي الساذج، ولكنه أعطانا بعض الوقت للحديث، كيف أن الرجال بالفطرة منجذبين للنساء. ولكن هذا الانجذاب يمكن أن يصبح منحرفا بعض الشيء، إذا سمحنا لعقولنا (التي هي أكثر قوة ويمكنها تخزين معلومات أكثر من أي حاسوب) بإدراج صور غير واقعية. شرحت لابني مرة أخرى كيف أن أعظم المعارك التي نخوضها تدور داخل أذهاننا. الأشياء التي نريدها والرغبات الأنانية التي ننجذب إليها. إن أجسادنا تخوض معركة دائمة ضد أرواحنا، لقد كان حديثًا رائعًا وقد غادر ابني دون التفكير في أنه قد سقط من نظر أبيه أو أمه.

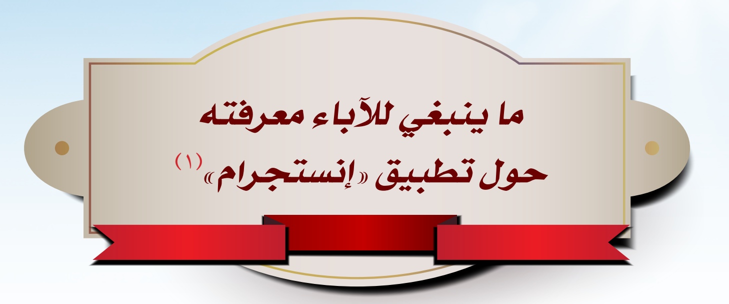
مواجهة أطفالنا وتعليمهم بعض الحقائق عن مجموعة من المسائل يعتبر شيئًا غير مريحٍ للآباء، ولا يفضل الأطفال سماعه، وعلى الرغم من ذلك



فإننـا نريد لأطفالنا النجاح والنجاة في ظل هذه الثقافة، فيجب أن نكون على استعداد لقول الحقيقة بطريقة ودودة من أجل وضع أساس قوي والاستعداد لمواصلـة الحملـة الأخلاقيـة في حياتهم اليوميـة؛ لتفادى مظاهـر الثقافة التي عزمت على تدميرها.







# ما ينبغي للآباء معرفته حول تطبيق «إنستجرام»[١]

**نص المقال:**

قـد يكون الكثـير من الآباء على درايـةٍ بتطبيق «إنسـتجرام»، ولكنهم في غالبِ الأمر ليسـوا على دراية بأنه يتخطى كونه مُجرَّد تطبيقٍ خاصٍّ بمشـاركة الصّور مع الأصدقاء.

يعتبر تطبيق «إنسـتجرام» واحدًا من أشـهر مواقـع التَّواصُلِ الاجتماعيِّ وأكثرهـا تفاعلًا على الإطلاق، وقد تخطى عدد مسـتخدمي التَّطبيق أكثر من ٤٠٠ مليون مسـتخدم... لذلك مـن الضَّروري أن نفهـمَ -كوالد ووالدة- كيفيَّـة عمـل هذا التَّطبيـق، والمخاطر المحتملـة على أبنائك جراء اسـتخدامه -خاصَّةً إذا كانوا في سن المراهقة- ثم تقرر بنفسك ما إذا كان التَّطبيق مناسبًا لهم فعلًا أم لا؟!

(1) *"What Parents Need to Know About Instagram - Covenant Eyes." 6 Jun. 2016, https://www.covenanteyes.com/2016/06/06/what-parents-need-to-know-about-instagram/. Accessed 5 Jul. 2019.*



بعد تثبيت التطبيق على هاتفِك الأندرويد، سيقوم التَّطبيق باقتراح متابعة عددٍ من الشخصيَّات المشهورة في العالم، والَّتي من المحتمل أن يكون بينها محتوى غير مناسب!

تكمن مشكلةُ «إنستجرام» في إفراطه في سياسة «حريَّة نشر المحتوى»، وسنكتفي هنا بتسليط الضوء على بعض النقاط الخطيرة في تلك السياسة:

١- يتيح التَّطبيقُ لمستخدميه حريَّةَ حذف وتنظيف سجل البحث «*Clear Search History*»؛ فمن خلال النَّقرِ على العدسة المكبِّرة «مكان البحث»، ستظهر لك عشرات الصُّور لأماكن وشخصيَّات من كافَّةِ ألوان الطَّيف العالمي، والَّتي بلا شك تضم بينها صورًا ذاتَ محتوى غير لائق. نعم؛ يمكن لابنِك بكل بساطة أن يمحو سجلَّات البحث عن تلك الحسابات، ويمر الأمر مرور الكرام وبدون أن تعلمَ حتى لو أنَّك تقوم بمراقبته بعد انتهائه من جلسته!

٢- يسمح التَّطبيقُ لمستخدميه بربط حساباتهم بتطبيق «تمبلر» عبر خاصيَّة «بلوج»، ويعتبر هذا «التمبلر» واحدًا من التطبيقات الغنيَّة بالمواد الإباحيَّة، حتى إنه قد حُظِر داخلَ بعض البلدان الواعية بمخاطره.

بعد كل هذا، هل ينبغي أن تتركَ أبناءَك المراهقين يستخدمون «إنستجرام» بدون توعية؟!

حسنًا، سنترك الأمر لك ولفَهمك لطبيعة أبنائك وأسلوبك في التواصل معهم، ولكن ينبغي أن تضعَ في ذهنك دائمًا أن أولى مراحل إدمان الإباحيَّة هي مشاهدة صورٍ أو محتوى إباحي صدفةً؛ لأنها ستكون بمثابة عاملٍ حافزٍ على الاستزادة والولوج إلى المواقع الأكثر إثارةً.

هنالك «أسطورةٌ» شائعة يرددها النَّاس حول «الحديث مع الأبناء بخصوص الإباحيَّة»؛ تقول الأسطورة: إنه إذا ناقش الآباء أبناءهم مُباشرةً عن الإباحيَّة؛ فسوف يخلق النقاش فضولًا لدى أبنائهم، ومن ثم يبدءون في السعي نحو البحث عن الإباحيَّة.

نعم؛ قد يكون هذا الرأي صحيحًا، إذا تم تناول الأمر بشكل غير صحيح.

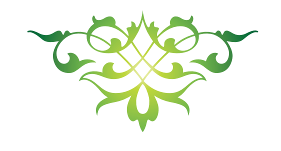
ولكن من خلال اتباع التوجيهات الَّتي سنعرضها تباعًا في سلسلة مقالات تحت عُنوان: «دليل الوالدين لحماية الأطفال من خطر الإباحيّة»، والَّتي نُشِرت بالفعل بالموقع مؤخرا، فإنّك سوف تجد أن أبناءك يفضِّلون طرح الأسئلة عليك بدلًا من البحث عن إجابات في أماكن أخرى.

فلو أن المراهقين يشعرون بأن عائلاتهم لديها من الثقافة والمرونة والانفتاح ما يكفي لتقبُّل تساؤلاتهم؛ سيكونون هم أيضًا على نفس القدر من الصَّراحة في التَّعبير ومشاركة دوافعهم ورغباتهم مع عائلاتهم بلا حرج.

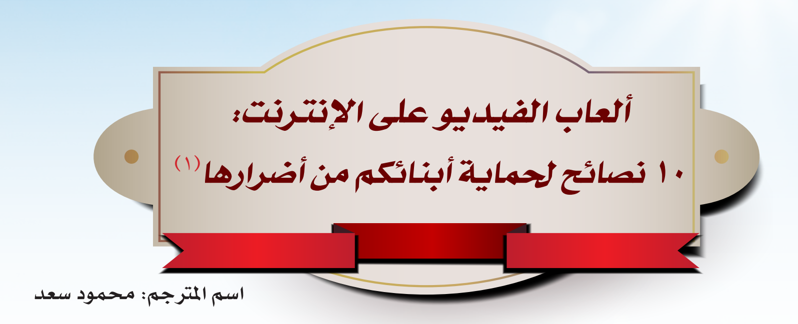
وقد أظهرت إحدى الدِّراسات الحديثة أن أكثر من ٩٠٪ من المراهقين في عمر ١٢–١٧ عامًا قد تعرَّضوا إلى الصور الإباحيَّة الفاضحة، وطالما أنهم تعرّضوا لذلك – ولو لمرة واحدة – فإنهم سيعودون مرّة تلو الأخرى.

أظهرت الدراسة أيضًا أن تعرُّض الأطفال للمواد الإباحيَّة عن طريق «الصُّدفة» أكبر من توجههم المقصود لها.

إنه لم يعد السّؤال ما إذا كان ابنُك سيتعرَّض للمواد الإباحيَّة على الإنترنت أم لا؟! وإنما متى سيتعرّض لها؟.. وما دورُك في امتصاص الصّدمة؟!







# ألعاب الفيديو على الإنترنت: ١٠ نصائح لحماية أبنائكم من أضرارها[١]

اسم المترجم: محمود سعد

## نص المقال:

### العلاقة بين ألعاب الفيديو والإباحية:

في الحقيقة، إن ألعاب الفيديو ليست بالبراءة التي تبدو عليها؛ حيث ترتبط عادة بالوصول إلى الإباحية.

ويقول جيل مانينج دكتور متخصص في الصحة النفسية للزواج والأسرة: «على الوالدين أن يدركا كيف ترتبط صناعة ألعاب الفيديو بصناعة الإباحية بشكل معقد، فالكثير والكثير من الألعاب أصبحت تتضمّن محتوًى إباحيًّا، وطالما أن الأطفال يمارسون هذه الألعاب على الإنترنت فمن الطبيعي أن تكون سوقًا مناسبةً لصناع الإباحية؛ لإعداد مستهلكين جدد والإيقاع بهم».

(1) *"Online Video Games: Top 10 Tips to Keep Kids Safe | Protect Young...." 9 Oct. 2014, https://www.protectyoungminds.org/2014/10/09/online-video-games-top-10-tips-to-keep-kids-safe/. Accessed 5 Jul. 2019.*



**دعنا نلقي نظرة على بعضٍ من هذه الأضرار التي تسببها للأطفال، وكيف يمكننا تجنبها:**

**١- العنف:** بعض الألعاب الشهيرة تسمح للاعبين بقتل المدنيين، وقتل أفراد الشرطة أيضًا عند استدعائهم، ولسنا بحاجة للإشارة إلى التأثير الكبير لذلك العنف غير المبرر على الصحة النفسية للأطفال.

**٢- المحتوى الإباحي:** فقد أصبحت الكثير من الألعاب تتضمّن محتوًى إباحيا، والأدهى من ذلك أنها تسمح للأطفال بالاشتراك في أفعال جنسية افتراضية بهدف الحصول على نقاطٍ أكثر في اللعبة، ولا نبالغ إذا قلنا: إن هناك ألعابا تُصمَّم خصيصا لنشر الإباحية، وغالبا ما تكون هذه الألعاب مجانية ويسهل الوصول إليها، كما تسمح للأطفال بإنشاء هوية إلكترونية تمكنهم من استكشاف الإباحيات في أي مكان وبأي طريقة.

### أفضل عشر نصائح لحماية الأطفال من هذه الأضرار:

١- قم بتحديد ضبط جميع الألعاب لطفلك بما في ذلك: مَن يمكنه التواصل معه، ومَن يمكنه زيارة حسابه الشخصي، ولا تُعطِ أبدا لطفلك جهاز ألعابٍ أو إكس بوكس وتترك له حرية التصرف الكاملة، فعليك أن تستغل كافة سبل التحكم؛ لتقليل المحتوى غير اللائق الذي قد يصل إلى طفلك.



٢- علم طفلك ألا يعطي معلوماتٍ شخصية (كالاسم والعنوان والسن وغيرها) لأي شخص على الإنترنت، وألَّا يستخدم اسمًا يشير لمعلوماتٍ أخرى، وأن يتعامل بحذر مع أي فرد يطلب منه معلومات شخصية.

٣- حافظ على أجهزتك محمية، ولا تشترك في أي لعبة إلا بعد تحميل برنامج مضاد فيروسات قوي وفعال على الجهاز.

٤- لا تحمل أي روابط احتيالية قد تصيب جهازك بالفيروسات، وقم بشراء برامجك فقط من المصادر الموثوقة.

٥- عند مشاركة المنشورات من الألعاب تأكد قبلها من مسح جميع معلوماتك الشخصية.

٦- اقرأ مراجعات اللعبة قبل شرائها أو تحميلها.

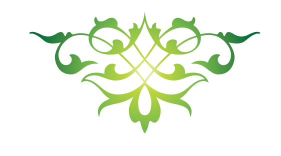
٧- كن يقظًا بخصوص نظام التقييم في اللعبة.

٨- في حال كانت اللعبة ذات تقييم لائق، ولكن يمكنها الدخول إلى الإنترنت فإن ذلك يعطي الفرصة لبعض المشاركين باستخدام ألفاظ وأساليب غير لائقة؛ فكن حذرًا.

٩- قلل وقت اللعب؛ حتى لا يتحول إلى إدمان؛ حيث إن ممارسة ألعاب الفيديو لوقت طويل، واستخدامها كوسيلة للهروب من المشاكل أو المشاعر السلبية قد يؤدي إلى إدمانها في نهاية المطاف.



١٠- وأخيرًا فإن على الوالدين اليوم أن يدخلوا عالم أبنائهم، ويعرفونه جيدا؛ حتى يتمكنوا من حمايتهم من أي مخاطر، ويحافظوا عليهم من أية أضرار.. الأمر قد يبدو صعبا، ونحن نعي ذلك، ولكنك تستطيع القيام بالمسئولية؛ لأن ابنك يستحق منك ذلك، والأمر جَدٌّ خطير.



## فصل
## هل الطفل عرضة للإباحية؟ لماذا نتهاون في إعطاء أجهزة الجوال إلى الأطفال؟!

المصدر: تغريدات الشيخ خالد الصقعبي عن الأطفال وتهاون الأهل في إعطائهم الأجهزة.

**نص المقال:**

❁ بالأمس تخبرني إحدى الأمهات أن ابنتها ذات الخمسة عشر عامًا قد هربت من المنزل لرفض أهلها إعطائها جوالًا.

❁ واليوم تشكو لي إحدى الأمهات أن ابنتها ذات الثلاثة عشر عامًا وجدت في جوالها قروبات لا حصر لها لشباب وفتيات أكبر منها وأغلبهم يحاولون إفسادها.

❁ يا جماعة، ماذا يحصل لأولادنا وبناتنا الصغار ولا أقول شبابنا من الجنسين بل أطفالنا؟

❁ حينما نجعل السبب هو إهمال الوالدين فقط فنحن ندفن جزءًا كبيرًا من المشكلة، هناك مَن لا يهمل أولاده ومع ذلك يقع أولاده في كثير من التجاوزات.

❋ وإذا عرفنا أن المشكلة في ضغط المجتمع والصديقات ووجود وسائل التواصل، فهل نقف بعدها مكتوفي الأيدي؟

❋ مشكلتنا أننا لا نملك شجاعة اتخاذ القرار، بنت عمرها ١٣ سنة ما حاجتها لجوال فيه شريحة؟

❋ (ما هنا إلا العافية) ما ضيع عيالنا غير هذه العبارة؟ العافية تريد جهدا وتربية.

❋ من السذاجة أن نمكن لأطفالنا هذه الأجهزة ثم نلقي اللوم عليهم (يا جماعة، خبرتهم لا تسعفهم للتمييز، يحتاجون توجيها ومتابعة بل ومراقبة).

❋ (كل الأولاد معهم أجهزة) بالله عليكم، هل هذه قاعدة تربوية مستساغة؟

❋ سأوجعكم وسامحوني: ما هو السبب الذي جعل ذلك الشباب يتحسس مواضع عورة والدته؟ أقسم بالله لقد قالت لي إحدى الأمهات ذلك، أتدرون ما هو السبب؟

❋ السبب أنها وجدت في جواله مقاطع كثيرة لزنا المحارم وهذا ما قلته لها، قالت: فعلًا وجدت مقاطع لا تحصى من هذا النوع. أراد أن يطبق ما شاهده على أرض الواقع.



❁ لا تمنحوا صغاركم جوالات، دعوهم يبكون قبل أن تبكوا على أطلال أخلاقهم !

❁ أقولها بثقة واقع أولادنا مع الأجهزة لا يحتاج إلى (فلسفة) بل يحتاج إلى حزم ومتابعة.

❁ ما تبنونه أيها الأولياء في سنوات من جهد في تربية أولادكم يهدمه متربص بصورة واحدة خالعة، هذه هي الحقيقة التي نحاول الهروب منها.

❁ ذات الثلاثة عشر عامًا تقول لي والدتها يتم إضافتها في قروبات لا تعرف مَن يقف خلفها، والنتيجة وقوعها في محادثات مريبة كثيرة جدًّا.

❁ إن كنا لا نخاف من أولادنا لحسن تربيتنا لهم، فواقع الحال يوجب علينا أن نخاف عليهم ممن يتربص بهم الدوائر من خلال وسائل التواصل.

❁ لقد تعدى الأمر أفساد أخلاق أولادنا إلى إفساد أفكارهم ومعتقداتهم، وما هذه الشبهات التي ما كنا نسمع بها إلا جزءًا من تأثير هذه الأجهزة.

❁ من السهل جدًّا أن نتهم المصلحين والمستشارين بالتهويل والمبالغة، لكن صدقوني بعدها كلنا..

**(سندفع الثمن)**



❋ إن خـرج الأمر عن السـيطرة فلا بـد من تنبيههم قبـل إعطائهم هذه الأجهزة حين استخدامها..

❋ من العلاج كذلك لا بد أن يملك الوالدن ثقافة خاصية البرامج قبل السـماح لأولادهم بتحميلهـا، فجهل الآباء والأمهات بطبيعـة هذه البرامج جزء من المشكلة.

❋ لا بـد كذلـك من غـرس مراقبة الله تعـالى في نفوس أولادنـا وبناتنا، ولا بد كذلك من المتابعة والتوجيه بين فترة وأخرى وإن اقتضى الأمر المراقبة وجب ذلك..

❋ حـال وقوع أحد الأبنـاء في خطأ لا بد أن تكـون ردة الفعل متوازنة، فبعض الأبناء يقع في بواقع ومع ذلك تأتي ردة الفعل باردة جدًّا..

❋ وتقنـين وقـت اسـتخدام الأولاد للأجهـزة نافـع لكنه ليـس بعلاج حاسم، فقد يضيع الأبناء بلحظة واحدة، نحتاج مع ذلك للتوجيه..

❋ مـن الحلول كذلـك -وهو أنجحهـا- الدعاء لـلأولاد بالصلاح مع تحري أوقات الإجابة !

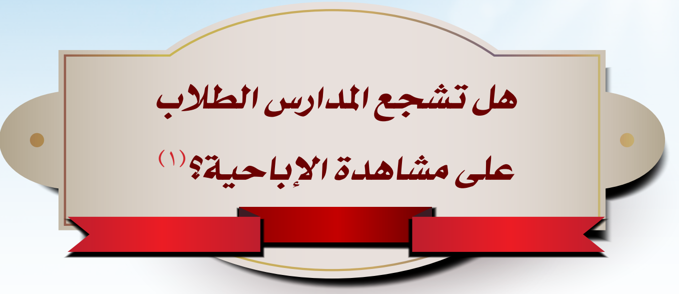
❋ من الحلول كذلك عدم السـماح للأولاد بوضع أرقام سرية للأجهزة أو يكون للوالدين معرفة بالرقم السري إن وضعه.



❁ كم في الزوايا من خبايا وكم في البيوت من قصص موجعة، والسبب وسائل التقنية، والبعض ما يزال يتخذ الفلسفة علاجًا لهذه المشكلة، أصلح الله لنا ولكم الذرية.







# هل تشجع المدارس الطلاب على مشاهدة الإباحية؟[1]

اسم المترجم: بدر السوري

**نص المقال:**

عندما وصف غاري ويلسون الإباحية «باعتبارها المثير الأسرع والتجربة الأكثر شمولًا على الإطلاق» كان حال نظام مدارسنا -كما هو عليه الآن- هو تشجيع الطلاب عن غير قصد للوقوع بفخ الإباحية».

المزيد والمزيد من البحوث تؤكد أن الإباحية تتصدر قائمة المواد العالية الإدمان.

لدى الإباحية القدرة على إعادة بناء الدماغ، وتضعف النمو في الفص الجبهي للدماغ. والأطفال معرضون بشكل خاص للخطر. ومع ذلك تستمر المدارس برفضها إعطاء الطلاب تعريفًا أساسيًّا للمواد الإباحية، وتعليمهم

(1) *"Do Schools Encourage Students to view Pornography? | Parents Aware." 5 Jan. 2017, https://parentsaware.info/index.php/2017/01/05/do-schools-encourage-students-to-view-pornography/. Accessed 5 Jul. 2019.*

لماذا هي ضارة، أو منحهم الأدوات والاستراتيجيات لمساعدتهم على رفض المواد الإباحية عندما يتعرضون لها.

**وفيما يلي بعض النقاط التي ينبغي أن تعلم بها مجالس المدارس عند وضع المناهج الدراسية:**

**أولًا:** يستجيب الدماغ للمواد الإباحية بطريقة مشابهة لتلك التي يستجيب بها للكوكايين وأمثاله.

**ثانيًا:** ثبت أن التعافي من الإباحية أكثر صعوبة من التغلب على إدمان الكوكايين.

**ثالثًا:** زاد ضعف الانتصاب لدى الرجال (١٠٠٠) بالمئة في السنوات العشر الماضية، ويؤثر على الشباب والذكور الأصغر سنًّا كل عام. (رقم مخيف جدًّا).

**رابعًا:** الإباحية تدعم العنف ضد المرأة. مشاهدو الإباحية الشباب هم أكثر قابلية لمحاكاة السلوك الجنسي المنحرف المعروض في الإباحية.

على مدى الأشهر القليلة الماضية، أدركنا شيئًا محزنًا وهو أن معظم موظفي المدرسة والإداريين ليس لديهم فكرة عن أضرار الإباحية بخصوص علاقتها بالأطفال، الشيء المخيف عند النظر في متوسط عمر التعرض الأول للإباحية هو ما بين ثمانية وأحد عشر سنة من العمر.



وما يزيد الأمر سوءًا تجاهل مجلس إدارة المدرسة مسألة تعرض الأطفال للمواد الإباحية على الإنترنت! وماذا عن المعلمين الذين حاولوا خوض نقاش عن الإباحية في الفصول الدراسية، ولكنهم فشلوا في وضعها في سياق المخاوف المذكورة أعلاه؟ اسأل أي طفل من عمر أحد عشر وما فوق إذا ما كانوا يتذكرون معلمًا تحدث عن الإباحية في درس العلوم. ربما تكون إجابته على هذا النحو:

«أووه بالتأكيد! أخبرني أستاذي أننا سنرى المواد الإباحية قريبا، إن لم نكن قد رأيناها فعلًا. قيل لنا أننا لا ينبغي أن نستاء إذا وددنا أن ننظر للإباحية، من الطبيعي جدًّا أن نشعر بالفضول تجاه الإباحية، كثير من الناس يشاهدون الإباحية باستمرار.

الآن أريد منك أن تسأل نفس الطفل إذا تكلم معلمه عن العلاقة بين (صناعة الإباحية) و(الاتجار بالبشر)؟

هل ذكر المعلم على الأقل أن الإباحية تشجع العنف ضد المرأة، وتؤيد ثقافة الاغتصاب في مجتمعنا؟ ماذا عن كيفية إثبات العلم أن المواد الإباحية تؤثر على نمو الدماغ؟ طبعًا كل هذا لم يذكره المعلم.

ولإبراز مدى صعوبة تصدي المدارس للإباحية بطريقة عارضة وغير مبالية، دعونا نتخيل معالجة المواد الأخرى التي تسبب الإدمان والتي يمكن أن تكون مسيئة في مدارسنا العامة بنفس الموقف.

## أولًا: لنبدأ بالسجائر:

المعلم: «ربما تتعرض للسجائر، إنه أمر عادي، كثير من الناس يقومون بالتدخين، قد ينتهي بك الأمر بإدمان التدخين بيوم واحد أيضًا».

نحن نريد أن تكون مناقشة استخدام السجائر مرتبطة بعلامة تحذير ضخمة وتوضيح آثاره، وسيأتي في رأس القائمة: إدمان النيكوتين وسرطان الرئة والسكتة الدماغية والنوبات القلبية وتأثير التدخين السلبي.

## وماذا عن الكحول:

المعلم: «من المحتمل أن تتعرض للكحول في وقت قريب، إذا لم تكن قد فعلت ذلك بالفعل، كثير من الناس يشربون الكحول، إنه أمر عادي، قد ينتهي بك الأمر بشرب الكحول خلال يوم واحد أيضًا».

ومن المثير للاهتمام، لا يوجد شيء كاذب حول البيان أعلاه، ولكن من المؤكد أنه يفتقد بعض المعلومات الرئيسة!

ما هي المخاطر المرتبطة بشرب القاصرين؟ إذا أردنا لأطفالنا اتخاذ قرارات صائبة بشأن استهلاك الكحول، فمن العادل أن نعلمهم عن خصائصه الإدمانية، وتأثيره بإضعاف التركيز أثناء القيادة. وعلى الأقل كلمة أو اثنتين أن استهلاك الكحول يزيد بشكل كبير من خطر وقوع حادث خطير، والموت، والاعتداء الجسدي والاعتداء الجنسي.



### ثالثًا: لنر المخدرات:

المعلم: «قد تتعرض لعقاقير شديدة التأثير مثل: الكوكايين والهيروين أو المواد الأفيونية التي كانت تصنف كطبية في السنوات القليلة السابقة، ولكن لا داعـي للقلق كثير من الناس تسـتهلك هـذه المواد. إنه عـادي. أنت أيضا قـد تلجأ في نهايـة المطاف إلى المخدرات كوسـيلة للتعامل مـع الألم العاطفي والجسدي، أو ربما سوف تدمن المخدرات بغرض الاستمتاع لاغير».

بالطبع هذا سـخيف! هل يمكنك حتى تخيل أي شـخص اليوم يتحدث عن المخدرات دون مبالاة؟؟؟

ونحـن نتفـق جميعًـا عـلى أن إدخـال موضـوع السـجائر والكحـول والاسـتهلاك غـير المشروع للمخـدرات إلى الأطفـال والمراهقـين دون أن يتضمـن تحذيرا من ضررها المحتمل غير مسـؤول وغـير أخلاقي. ولكن في كل عام نلقي الأخلاق من النافذة أثناء محاولة شرح المواد الإباحية لكل جيل جديـد من ١٠ و ١١ سـنة من العمر ونقول لهم أن: مشـاهدة المواد الإباحية أمر طبيعي وحتى صحي.

### ما الذي تستطيع القيام به؟

راسـل أو اتصـل بمديـر مدرسـتكم، مديـري وواضعـي السياسـات الحكومية. قم بتوعية المدارس بمسـؤوليتها الأخلاقية لتعليم الطلاب كيفية

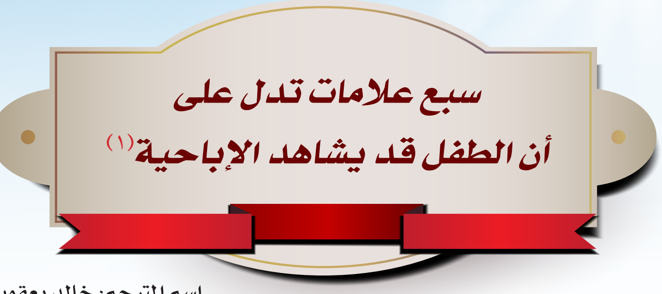


التعرف على الإباحية، وتصنيفها كمادة إدمانية وإشعار الطلاب بالمخاطر المرتبطة بمشاهدة المواد الإباحية.

أخبرهم بأنك تفهم أن الأطفال في سن المدرسة الابتدائية كثيرا ما يتعرضون للمواد الإباحية على الإنترنت ولكن ليس لديهم طريقة أو سياق آمن للتعامل مع هذا التعرض. أعلمهم بأنكم تتوقعون من المدارس في منطقتكم أن تتخذ موقفا استباقيا في معالجة موضوع المواد الإباحية في الفصول الدراسية من خلال إعلام الطلاب بالمخاطر – كما هو الحال بالنسبة لأي مادة أخرى خاضعة للرقابة وربما ضارة. للحصول على أفكار وموارد حول كيفية التحدث مع الأطفال، يرجى الضغط هنا.







# سبع علامات تدل على أن الطفل قد يشاهد الإباحية(١)

اسم المترجم: خالد يعقوب الجيدة

اسم المدقق: محمد حسونة

**نص المقال:**

عندما يمرض الطفل نجد أن الأبوين يبذلون الغالي والنفيس من أجل علاج طفلهما، ولكن ماذا لو كان الطفل يخفي ذلك المرض القاتل؟ ولماذا يخفي ذلك الأمر؟ هذا بالضبط ما يحدث مع الطفل الذي يشاهد الإباحية. سنطلعكم في هذا المنشور على سبعة أسئلة تفاعلية قد تدل على أن ابنكم وقع في الإباحية -لا قدر الله-.

لنبدأ أولا بتوضيح أنه من المألوف أن نجد أطفالًا يخفون أمورًا عن والديهم، حتى وإن كانت تلك الأمور مؤذية لهم، فمثلما يخفي طفل متعجرف الألم الحاصل له؛ بسبب جرح ناتج عن تعجرفه خوفًا من الإحراج والخجل،

---

(1) *Evans, M., & Evans, M. (2017). 7 Signs a Child is Viewing Porn that Parents Often Overlook. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2017/11/02/7-signs-child-viewing-porn/*

فالكثير من الأطفال الصغار يجدون أنفسهم عالقين في شَرَك الإباحية، ولا يستطيعون أن يصارحوا والديهم؛ لأنهم خجلون جدًّا من التصريح. والأدهى أن معظمهم لا يعلمون كيف انتهى بهم المطاف إلى ذلك.

كيف يمكنك التعرف على إشارات مشاهدة ولدك الإباحية؟

### ١- ما هي المواقع التي زارها طفلك على جهازه المحمول؟

ألقِ نظرة على المواقع التي تمت زيارتها من قبل طفلك على جهاز المحمول، قد ترى بعض المواقع التي زارها طفلك ذات المحتوى الجنسي. ولو تم مسح المواقع التي تم زيارتها فقد يدل على أن هنالك أمرا يحاول الطفل تخبئته عن والديه، والذي ننصح به دائمًا هو: الوقاية خير من العلاج، فلذلك ثبِّتْ في جهاز طفلك برامج حجبٍ لمواقع الإباحية، وهناك بعض البرامج ترسل لك تنبيها في حال لو أراد طفلك فتح موقعا إباحيا (راسلنا على صفحتنا على الفيس بوك لمعرفة هذه البرامج).

### ٢- هل كان طفلك يتصفح الإنترنت بالليل؟

بشكل عام ليس هنالك حاجة ماسة للطفل لتصفح الإنترنت بالليل، وفي نفس الوقت ليس من الحسن أن نصدر قرارًا بمنع الطفل من التصفح في الليل؛ لأن الطفل إن لم يكن مقتنعا بقرار المنع فمن السهل عليه التسلل ومخالفة القرار، وبدلًا من ذلك نجعل للطفل جدولا، ويكون مليئًا بما يملأ



وقت الطفل من مذاكرة ولعب وتصفح للإنترنت، (ولكن يكون في وضح النهار لا الليل) وجهاز الكمبيوتر يفضل أن يكون في مكان عام في المنزل.

### ٣- هل يأخذ طفلك هاتفه النقال للحمام -أعزكم الله-؟

وهنا لا نقول بأن كل طفل يدخل بهاتفه بيت الخلاء يعني أنه قد يشاهد الإباحية، ولكن ذلك الأمر يعطي مؤشرا، فعلى سبيل المثال وجود خصوصية بيت الخلاء قد تجعل من ذلك المكان المكان الأنسب لتلك المشاهد، وخصوصًا إن كان الطفل يتشارك غرفة النوم مع أحد إخوانه، وتذكر إحدى الأمهات استغرابها بشأن تأخر طفلها في الاستحمام؛ فلقد أصبح يستحمّ لمدة ٣٠ دقيقة. وتبين فيما بعد أنه كان يستعمل صوت المياه كغطاء؛ لكي يشاهد الإباحية.

كوِّنْ بيئة سليمة بحيث تُشجع الطفل فيها على استعمال الجهاز في الأماكن العامة في المنزل بدون أن يتعرض لتعليق أو مضايقه أو مراقبة، فتجعله يفضل الجلوس في الخفاء. واستعمال الأجهزة في الخفاء علامة من علامات مشاهدة الإباحية أو على أن هنالك شيئًا يريد الطفل إخفاءه.

وإن كان لدى أطفالك أجهزة محمولة مثل الهاتف والآيباد ربِّهم على عدم استعمالها في الأماكن المغلقة مثل الحمام -أجلكم الله- أو غرفة النوم، ولا يشترط بأن نخبر الطفل أن سبب ذلك هو خوفنا عليه من الإباحية، ولكن يمكننا القول له بأن غرفة النوم للنوم، والحمام لقضاء الحاجة.

### ٤- هل طفلك يغير الشاشة فور وصولك إليه؟

تغيير طفلك للشاشة فور وصولك إليه قد يدل على أن هنالك ما يريد الطفل إخفاءه، وقد يكون ذلك الشيء الإباحية وقد لا تكون، فعلى سبيل المثال: يضطر الطفل أحيانًا لتغيير صفحة الإنترنت؛ لكي لا يعلق عليه من قبل أهله مثل: «لا زلت تلعب تلك الألعاب، ليس لديك دراسة» والقائمة تطول، فذلك مثلما ذكرنا في نقطة ٣ من أنه ينبغي أن تكون هنالك بيئة سليمة يشجع فيها الطفل على استعمال الجهاز في المكان العام، وبعد ذلك لو أخفى الطفل ما يفعل فإنها تدل على أن هنالك شيئا لا يريد أن يعرفه أحد، اجلس مع طفلك وتحاور معه، واعرف ما يجول في خاطره، وعود طفلك أن يكون ملجؤه الآمن للحديث هو التحدث مع أبويه؛ لأنه لو أصبح خائفًا من الحديث مع أبويه فمع مَن سيتحدث، ويخبرهم ما يجول في خاطره؟!!!

### ٥- هل طرأ على طفلك تغير ملحوظ في سلوكه؟

وهذه قد تكون علامة واضحة على أن الطفل قد تعرض لمحتوًى جنسي، فعندما تجد طفلك يتلفظ بألفاظ سيئة خصوصًا تجاه النساء فهذا يثير التساؤل: من أين تعلم تلك الألفاظ؟ والأسوء من ذلك بأن يلجأ الطفل لتطبيق ما تم مشاهدته على مَن هم في سنه، وتشير الإحصائيات إلى أن التحرش الجنسي بين الأطفال أصبح في زيادة خلال الأعوام الماضية. في حال -لا قدر الله- قد

حـدث ذلك تحاور مع طفلك، وحاول احتواء المشـكلة بـدلًا من مفاقمتها، وتذكـر بأن الطفـل وإن أخطأ قد يكون لا يفقه عواقب تلـك الأمور؛ فعقله لم ينضج بعد.

## ٦-هل بدأ طفلك بالانسـحاب من الأنشـطة الاجتماعية التي كان طالما يراها مصدرا للمتعة في هذه الحياة؟

علامـة مـن علامـات الوقـوع في الإباحيـة هو الانسـحاب من أنشـطة الحيـاة ومحبة العزلة؛ لأن الإباحية تجعل الطفل يشـعر بـأن متعة الوجود هي في مشـاهدة تلك المشـاهد الضارة للعقل والدين، ونؤكد كما أكدنا سابقًا بأن فعل طفلك لتلك العلامات لا يعني أنه حتمًا قد وقع في الإباحية، فقد تكون هنالك مشكلة أخرى؛ فلا نستعجل اتهام الطفل، ولنجعل له المجال في قول ما يعاني منه، ونجعله يطمئن بأننا سنكون له الستار الذي يغطي على ما يخبرنا به، وهذا الأمر ينبغي أن يكون فعلًا قبل كونه قولًا، فعلى سبيل المثال: عندما يأتي طفل من المدرسة وقد استعار شيئا من صاحبه وتم توبيخ الطفل على أن لا يسـتعير مرة أخرى من أي أحد، فهل سـيثق الطفل بنـا عندما نحدثه ليلًا ونهـارًا بأننا سـنكون لـه الحضن الدافـئ، وقد تم توبيخه عـلى كل فعل خطأ يفعله؟

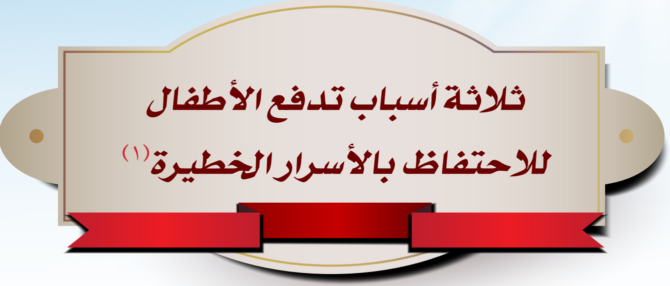


### ٧- هل ترى طفلك يشعر بالخوف الدائم وشرود الذهن؟

هـذه علامـة على أهمية التدخـل ومعرفة ما يعاني منه الطفـل، فقد يكون -لا قـدر الله- مـا يعاني منه هو أكبر من الإباحية. ولكن الإباحية قد تسـبب ذلك بحيث أن يرى الطفل مقاطع جنسية قاسية وشاذة كاغتصاب الأطفال؛ وتجعله يخشى بأن يحصل له ما تم مشاهدته في تلك المقاطع.







# ثلاثة أسباب تدفع الأطفال للاحتفاظ بالأسرار الخطيرة(١)

اسم المترجم: محمد قاسم

## نص المقال:

### لماذا يخفي الأطفال بعض الأسرار عن آبائهم؟

في العالم المثالي يخبر الأطفال آباءهم بكل المشاكل والمواقف المحرجة (مثل التعرض للإباحية) تلقائيًا، ولكن الحقيقة أنهم لن يفعلوا ذلك، وفي عالمنا اليوم تقذف الهواتف المحمولة وشبكات التواصل الاجتماعي علينا الصور المختلفة، ويوجد أيضًا مفترسو الأطفال على الإنترنت من خلال ألعاب الفيديو البريئة (ولست بحاجة للاسترسال في ذلك).

### هل من أحد بالمنزل؟

في أحد الأيام عندما كنت ابنة خمسة أو سبعة أعوام، ذهبت لبعض المنازل في شارعنا؛ لأرى إذا كان بإمكاني اللعب مع أصدقائي، كان باب

(1) *Jenson, K., & Jenson, K. (2014). 3 Reasons Kids Keep (Dangerous) Secrets. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2014/08/01/3-reasons-kids-keep-dangerous-secrets/*



المنزل الأمامي مفتوحًا قليلًا فقرعت الجرس عدة مرات، عندما لم يجبني أحد دخلت أبحث عنهم، بحثت في كل أرجاء المنزل عن أصدقائي ولكن لم يكن أحد في المنزل... وكعادة حظي السيء عندما خرجت من باب المنزل وجدت الأسرة أمامي وقد وصلت، وصرخت صديقتي: «ما الذي كنتي تفعلينه في منزلنا؟!». وكانت هذه اللحظة التي أدركت فيها أنني حتما فعلت شيئًا ما خاطئًا... فهربت لمنزلي ببساطة، كان شيئًا محرجًا جدًّا ولم أرد أن أخبر أي شخص.

من الذي اعترفت له أخيرا؟ أختي الكبرى. لقد لاحظت أنني لم أبدُ مرحة كعادتي وسألتني: ما الخطب؟! بعدما أكدت لي أنني سأشعر بتحسن بعد إخبار شخص ما؛ أفصحت أخيرا، وخمن ماذا؟ شعرت بارتياح حقًّا.

## لماذا التردد؟!

أنا واثقة أن هناك ثلاثة أسباب رئيسة تجعل الأطفال يخفون مشاعر الحرج والخزي عن آبائهم.

١. يحتاج الأطفال للتدريب على الإفضاء بأسرارهم إليك وإخبارهم عن التجارب المخجلة التي يتعرضون لها، إنهم بحاجة للسماع مرارًا وتكرارًا أنك تريد منهم وتتوقع منهم المجيء إليك وإخبارك عندما يتصرف أحد (بما فيهم الأصدقاء وأفراد الأسرة) تجاههم بطريقة غير لائقة، أو عندما يفعلون



أمورا خاطئة. عِدهم أنك لن تفزع لفعلتهم وأنهم سوف يشعرون بتحسن، يمكنك تخيل كيف أن الأسرار تمثل عبئًا كبيرًا على الأطفال قد يدفعهم للبكاء، الأم المعنية في كتاب «صور سيئة صور جيدة» تسأل طفلها علي وجه التحديد إذا كان قد شاهد الإباحية من قبل وتطمئنه أنه لن يقع في المشاكل إذا اعترف لها بالحقيقة، أنا أؤمن بأن الأطفال بحاجة لمثل هذا التشجيع بشكل مستمر.

وعليك بتذكير أطفالك أن بإمكانهم أو يجب عليهم أن يخبروك عن شعورهم بالحرج أو الإحباط تجاه أي سبب (أو عند تعرضهم للإباحية).

## ٢. يشعر الأطفال بالخوف:

مخاوف الأطفال بوسعها التغلب على حسهم السليم... دماغهم العاطفي بإمكانهم قيادته دماغهم المنطقي، والخوف يولد المزيد من المخاوف، فالطفل الصغير ربما يكون خائفًا من رد فعل أمه الذي قد يكون عنيفًا. نصيحتي؟ استمر في التأكيد لطفلك أنه بإمكانه إخبارك بأي شيء، وعندما يفعل عليك بالثناء عليهم ومحاولة عدم المبالغة في رد فعلك.

## ٣. لا يريد الأطفال خسارة أجهزتهم التكنولوجية:

وفقًا لـ«دونا ريز» رئيسة منظمة «*enough is enough*» (مؤسسة غير ربحية مخصصة للاستخدام الآمن للإنترنت) فإنه عندما يكون الأطفال



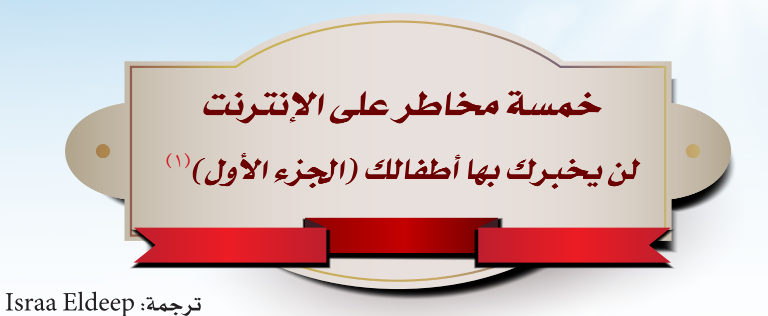
على وشـك إخبـار والديهم بأنهم قد تعرضوا للإباحية، فـإن ما يمنعهم عادة هـو خوفهـم من الحرمـان من اسـتخدام الهواتـف الذكية أو ألعـاب الفيديو أو اسـتخدام الإنترنـت، والأفضل عدم حرمـان الأطفال بشـكل كامل من استخدام التكنولوجيا أو الإنترنت.

**الآن هذا دورك...**

لقـد قمنا بسرد ثلاثة أسـباب تفسر سـبب خوف الأطفال من مشـاركة أسرارهم مع ذويهم. هل يمكنك التفكير في أسباب أخرى؟ شكرا لمتابعتكم لنا ونود بشغف قراءة تعليقاتكم.







# خمسة مخاطر على الإنترنت لن يخبرك بها أطفالك (الجزء الأول)[1]

ترجمة: Israa Eldeep

## نص المقال:

إن لم يكن أطفالك نائمين فمن المحتمل أنهم سيكونون مشغولين بهاتف ذكي أو جهاز تلفاز ذكي، يقومون بتحميل التطبيقات أو مشاركة منشوراتهم على شبكات التواصل الاجتماعي وأنت في الغالب ليست لديك أدنى فكرة عما يقومون به.

على الرغم من أن الإنترنت يتيح الكثير من الطرق والفرص المساعدة على التعلم، الاستمتاع، أو التواصل مع الآخرين سواء من أفراد الأسرة أو من الأصدقاء، فإنه يسهل الوصول إلى الكثير من المغريات الخطرة والمصادر أو الأشخاص الذين يمكن أن يتسببوا بأذى لابنك، يمكن لكل هذه الأمور الخطرة أن تحدث مع ابنك أو ابنتك وأنت بدون أدنى علم بها خصوصًا إن

(1) *"5 Internet Dangers Your Kids Won't Mention | Covenant Eyes." 2 Mar. 2017, https://www.covenanteyes.com/2017/03/02/5-internet-dangers-your-kids-wont-mention/. Accessed 5 Jul. 2019.*



كان أولادك يستخدمون هذه الأجهزة المتطورة بلا رقيب أو حسيب بحيث يُحدث وقوعهم في مثل تلك الأمور شرخًا في سمعتهم وتقديرهم لأنفسهم بطريقة قد تكلفهم العيش بذلك العبء لسنين طويلة دون القدرة على التخلص منه.

**الخطورة الأولى: باستطاعتي الوصول إلى الإباحية بسهولة:**

إن المنتجات الإباحية متواجدة بكثرة وبصفة مجانية في أية منصة للتواصل الاجتماعي أو أي متصفح كان، بل وحتى غرف الدردشة الجماعية قد تحتوي على الكثير من الروابط التي تؤدي بك إلى الكثير من المحتويات المزعجة أخلاقيا. صور فاضحة لمراهقين ومراهقات تنتشر مثل ألسنة اللهب دون رضا أصحابها (فيما يعرف بـ إباحيات الانتقام) والتي سرعان ما تنتشر رائحتها بسهولة فتحوم عليها ذئاب البشر، وتنشرها في مواقع ويب أخرى لذئاب أخرى، بحيث تستحيل سرطانًا لا يمكن استئصاله البتة.

والحقيقة أن ممثلي الإباحية لهم نصيبهم من الذنب، فهم يمتلكون مواقعهم الخاصة سواء على الفيسبوك، التويتر، الإنستجرام أو غيرها؛ حيث يحملون مقتطفات من أفلامهم الحديثة الخبيثة وصورهم الفاضحة بحيث يروجون لأنفسهم ولشركائهم في مثل تلك الجرائم عن طريق وضع الروابط المؤدية إلى الفيديوهات التي أنتجوها مع بعضهم.



## الخطورة الثانية: باستطاعتي أن أخفي وأمحو كل ما أقوم به على الإنترنت:

من الأمور التي يجهلها الآباء والأمهات أن بعض التطبيقات تتيح الفرصة إلى الأولاد أن يخفوا تطبيقات أخرى لا يريد أي أب أو أم أن يراها في هواتف أبنائه، كما أن إعدادات التصفح الخفي الموجودة في معظم برامج التصفح لا تترك أي أثر لما يقوم به المتصفح بحيث لا تقوم بحفظ نشاطات المتصفح، الحقيقة أن أي شخص يمكن له أن يمحو كل سجل نشاطاته وكل ما قام به على الإنترنت ويخفيها بكبسة زر، بما أن معظم الأولاد يستعملون الإنترنت منذ سنين مبكرة فالأحرى أنه على الآباء حماية أولادهم باستعمال طرق المتابعة والمساءلة المتواصلة في الإنترنت.

## الخطورة الثالثة: باستطاعتي التحدث مع الغرباء:

عدم الشعور بالراحة والخجل قد يحافظان على استقرار وأخلاقية تصرفات أولادك أمامك، ولكن يختلف تصرفهم عندما يكونون في عالم الإنترنت بطريقة لا يمكن أن تتوقعها بحيث ينكسر كل ذلك الخجل. وقد تؤدي بعض المشاعر والأحاسيس والتجارب بالأولاد إلى تكوين علاقات على الإنترنت مع أشخاص غرباء عنهم تمامًا، ومن بين تلك التجارب العاطفية:



الرغبة في الحصول على انتباه الآخرين والتواصل معهم – الشعور بالوحدة – نبذهم من قبل أصحابهم – الرغبة في أن يعتبروا جذابين – الإحساس الجميل بالحميمية في غير محلها – الحاجة إلى الترويح عن النفس مع شخص آخر خصوصًا في غضون الساعة ٠٣:٠٠ صباحًا –.

## العلاقات عبر الإنترنت تتطور بسرعة كبيرة يومًا بعد يوم:

يقوم الشباب هذه الأيام بإجراء مقابلات مع أناس آخرين عبر منصات متعددة، فلا هم يواجهون نقصا في غرف الدردشة ولا في مواقع المنتديات ومجموعات اللعب ولا في مواقع التواصل الاجتماعي وفرص التعارف الحميمي، فيمكن أن يكونوا أشخاصًا من نفس المدينة التي يعيشون فيها أو من المقاطعة التي يسكنون بجوارها، ومن الجدير بالذكر أن أي محادثة عادية بريئة يمكن أن تتحول إلى علاقة حميمية قد تصل إلى الدردشة الجنسية أو حتى الجنس عن بعد، وبسبب عوامل مشتركة بسيطة ساذجة بينهما كممارستهما نفس الهواية أو مشاركتهما في حوارات شخصية عميقة فيمكن أن يصلوا إلى حد الالتقاء ببعضهما شخصيًّا.

شبكة الإنترنت تسمح للمجهولية بالتفشي والزيادة، وتسهل على أطفالك والغرباء (الذين يمكن أن يملكوا نية سيئة لأطفالك أو يكونوا ذوي شخصيات مريضة) من أماكن أخرى التحدث دون إظهار هوياتهم

الحقيقيـة، ولسـوء الحظ فـإن الكثير من الآباء ليسـوا واعـين ولا عالمين بكم الغرباء الذين يفضفضون مع أولادهم يوميا على الشاشة، ولا هم مدركين لما يملؤون به أولادهـم من أكاذيب وألاعيب، وقد يكون هؤلاء الغرباء أدرى بحياة أولادك المراهقين الشخصية أكثر مما تعلم بها أيها الأب أو الأم.

### # تجربتي مع الغرباء عبر الإنترنت:

مثـلي مثـل أي طفلة في سـن المراهقـة لها رغبـة جامحة في معرفة الأشـياء الجديدة وغير مدرك ما هو مناسب وما هو غير مناسب في ذلك العالم الواسع، فقد تعرفت على الأقل برجلين يكبرانني بسبع سنين أو أكثر، واللذين اعترفا بأنهما يشتهيان الأطفال جنسيًّا.

أحدهمـا كان يبعـث لي بصـور جنـس القاصرين، وكان يسـألني أسـئلة محرجـة بصفـة متكـررة؛ فأحسسـت أنني ملزمة عـلى الحديـث معهما بحكم الخـوف، فبدأت بالوثـوق بأحدهما والتحدث معه في أمور شـخصية، ولولا أننـي بعيـدة عنه بعـدة مقاطعـات لكنت قد التقيـت بـه، ولم يمنعني الخجل وعدم الشـعور بالأمـان عن الامتناع من قضـاء معظم أوقاتنـا مع بعض إذا كان يسكن بقربي.

لم أخبر أمي بهذا الأمر إلى أن مرت بضع سـنين بعد أن تخلصت من عادة اسـتعمال الإنترنت بطريقة مفرطة، وقد أصبت بالذهول لأني لم أخبرها كل



تلك السنين، والذي أذهلها أكثر هو كيف أن تقوم تلك الحيوانات المفترسة بجر طفلة صغيرة غير مدركة لما حولها إلى حيز علاقة صداقة حميمية، أين يقوم هؤلاء بمشاركة تفاصيل وصور شخصية جدًّا وفاضحة.

### الخطورة الرابعة: يمكن أن أتعرض للإكراه عبر الإنترنت:

يحدث التسلط عبر الإنترنت عندما يتم التجسس واتباع أخطاء الأشخاص، أو تهديدهم أو إلحاق العار بهم في العلن، فالمتسلط والمتنمر عبر الإنترنت لديه القدرة على تهميش الأفراد والجماعات وتعقيدهم عن طريق إنشاء صفحات في الفاسبوك وحسابات مزيفة في مواقع التواصل الاجتماعي الأخرى، أين يمكنه تسليط الضوء على عيوب هؤلاء الأشخاص ونشرها سواء كانت تلك العيوب حقيقة، تصورا، إشاعة أو مبالغة ليس إلا.

كل تلك الأعمال الشنيعة يمكن أن تحدث بطريقة سرية وتكون مجهولة المصدر، فهؤلاء يمكنهم أن يخفوا هويتهم خلف شاشتهم وخلف حساباتهم المزيفة، بحيث يوهمون فرائسهم بأن أشخاصا معينين آخرين يقومون بمهاجمتهم في حين أن هوياتهم متقمصة من قبل هؤلاء المتسلطين ولا علاقة لهم بتلك الأعمال الأنانية، كما أن الراحة التي يجدها في كتابة الرسائل وترك التعليقات تسمح لهم بأن يكونوا أكثر قساوة وقبحا مع الآخرين بدرجة لا يمكن أن يصلوها عندما يتحدثون وجهًا لوجه.



التنمـر عبر الإنترنت يمكن الظالم من إظهار أحلك جوانب شـخصيته، فأحاسـيس الحقـد والحسـد والاضطـراب غالبـا ما تقـود الأفـراد إلى انتقاد الآخرين بدون انتظار حدوث أي نتيجة سـلبية كخصام إذا ما نتج (وهذا ما لا ينطبق على خصام في ملعب أو صراخ وسط لعبة كرة قدم، أين يمكن لكل الفريق أن ينضموا للعراك) فهي تمنح الإحساس بالقوة لمن يقوم بها.

# لماذا يخفي بعض الأطفال معاناتهم:

على الرغم من أن الكلمات يمكن أن تضر وتجرح المشاعر إلا أن الأطفال الذيـن يعانـون من التنمـر غالبا ما يكبتون مشـاعر المعاناة في أنفسـهم؛ لكي يتجنبوا أي حرج أمام والديهم ومدرسيهم أو زملائهم، هم لا يريدون لفت أي انتباه إليهم ولا أن يعرف الناس ما يقال لهم أو عنهم خوفا من أن يتطفل الناس في أمورهم فيكتشفوا الحقيقة عنهم، إن الضرر الذي يحدثه التنمر عبر الإنترنت لرهيب، وهو يمحق بسمعة الكثير من الناس بصفة غير متصورة.

## الخطورة الخامسـة: يمكن لـي أن أجد الجواب لكل سـؤال عبر جوجل:

إن مهمـة بناء ثقة النفس عند طفلك ليس بالأمر الهين؛ فهو يتطلب وقتًا كثيرًا، ويحتاج إلى شخصية ثابتة في المبدأ.

فالأبنـاء لن ينفتحـوا إلى آبائهم إذا كان الوالد معتـادا على إحراج ابنه أو التحـدث عنـه في غيابـه للتقليل من شـأنه أمـام الآخريـن أو التذمر عن كل صغيرة وكبيرة يقوم بها.

عندما يواجه الأطفال بعض الأسئلة التي يجدون الحرج في طرحها على والديهم (سواء إذا كانت على نموهم الجسدي، الجنس، العلاقات الغرامية، أجوبة الفروض والواجبات...) فإنهم غالبا ما يختارون الإنترنت لإيجاد ضالتهم في الأجوبة، هذا يمنحهم القدرة على طرح الأسئلة مع إخفاء هويتهم والحصول على أجوبة عميقة مفصلة من مصادر متنوعة حتى وإن كان المصدر غير معتمد، خاطئ أو حتى خطير.

يجب على الوالدين أن يكونوا واعين بأن أي موضوع يمكن أن يُبحث عبر الإنترنت، فالإنترنت نافذة تحوي الكثير من مجموعات النقاش الافتراضية والتي تشجع بصفة غير مباشرة إلحاق الأذى بالنفس والاضطراب في الأكل، وتنشر صورًا لما قبل وبعد تلك الأمور وتدفع الأبواب على مصراعيها لممارسات وأفكار مستعبدة وشنيعة.

بعض المواقع الإلكترونية تعرض المئات من مفردات الجنس مع معانيها، وغوغل الخاص بالصور يظهر ما لا يمكن تصوره من الصور الفاحشة، وبما أن أي أحد كان بمقدوره تحميل الفيديوهات في اليوتيوب فهو يحتوي على مواد تعليمية وأخرى فكاهية، وأخرى غير مناسبة أبدًا.



# أيها الوالدان، يمكنكم حماية أبنائكم من أخطار الإنترنت (الجزء الثاني)

**نص المقال:**

حتى وإن لم يكن أبناؤك بعد يقومون بالبحث عن مثل هذه الأشياء المحرمة فإنهم معرضون لها عن طريق أصدقائهم ورفقائهم.

إن لم تكن أنت الوالد الحقيقي لابنك تراقبه وتحاسبه وتمد له يد العون حتى يخوض غمار هذه الحياة وتقف معه في جميع جوانب حياته، فإن الإنترنت ستحل محلك، فتكون المصدر للأجوبة عن جميع أسئلته، فمهمة التربية هي عمل بدوام كامل، وتتطلب منك التضحية وكل المجهودات حتى تنشئ أولادًا متزنين، غايتهم إرضاء ربهم ووالديهم ومعاملتهم بكل صراحة وشفافية.

## ١. أظهر اهتمامًا بمعرفة تفاصيل حياة أبنائك:

كن متواجدًا دائمًا في حياة طفلك حتى يجدك عندما يحتاجك وابذل جهدك حتى تتحمل أي خبر عن مشكلة قام بها أو أي سؤال في غير محله بكل صبر وبهجة وتفهم، فإذا كان أولادك يعانون؛ لكي يكونوا شفافين



معك أو يظنون أنك لا تمد لهم أذنك فإنهم سيبحثون عن أذن أخرى تقبلهم وتستمع إليهم في مكان آخر كأذن غريب من الإنترنت يعيرهم الانتباه أكثر مما أنت تفعل.

### ٢. بادر بالتحدث مع أولادك في المواضيع الصعبة:

يحتاج الوالدان إلى إجراء أحاديث مهمة مع أولادهم حول مواضيع الجنس الحرام وعواقبه، ضغط رفقاء السوء، وكذا حول النزاهة، كيفية تجنب الترفيه المنحرف، كيفية اختيار الصحبة الصالحة التي تنفعه واجتناب السيئة التي قد تودي به في الهلاك...إلخ، فالكثير من الوالدين لم ينجحوا في تربية أولادهم لمجرد أنهم لم يفتحوا أبواب النقاش الصريح معهم من سن مبكرة.

### ٣. حاول زرع بذرة السلوك الصحيح عند ابنك:

الكثير من الأولاد ينشئون في محيط بدون قدوة حسنة يقتدون بها أو نظام ومبادئ يعيشون عليها، فبعض الآباء مثلا يمتنعون عن اصطحاب أبنائهم معهم إلى المساجد حتى يعمروها ويتذوقوا متعة الإيمان وبعضهم الآخر لا يعلم أبنائه تعاليم القرآن ومفاهيمه وما جاء به شفاء لكل سؤال وداء، لذلك يميل الأولاد إلى ارتكاب المعاصي تضييع وقتهم في المواد الإباحية بدل منفعة للدنيا وللآخرة.

### ٤. لا تتهرب عن الإجابة للسؤال «لماذا؟»:

يمكـن لبعض الآبـاء أن يجيبوا بـ (لا) من دون إعطاء الأسـباب لما وراء تلـك الإجابة، وهذا قد يؤدي بالأطفال إلى أن يتمردوا بسـبب اعتقادهم أن آبائهم متخلفون أو محدودي المعرفة، فالناس إذا لم يدركوا المنطق من اجتناب فعل عمل ما، فهم طبيعيًّا يميلون إلى فعل عكس ما يُؤمرون بتجنبه. والأسوأ مـن ذلك أن بعض الآبـاء غير عالمين بكل الخدمات التـي تقدمها الإنترنت، وبالتـالي فهم لا ينبهون أولادهم بها أصلا، ولا يضعون رقيبا عليهم ولا هم علموا أولادهم ألا يبحروا في مياهها الخطيرة.

### ٥. أوجد النظام والانضباط:

عـلى الرغـم مـن أن الأولاد والمراهقـين لا يفضلـون بالـضرورة النظام والقواعـد إلا إنهـم بإرغامهـم عليها يحسـون بالأمـان والطمأنينـة وباهتمام الوالديـن خصوصا إذا ما طبـق النظام (بالطريقة الصحيحـة) بعد ارتكابهم الأخطـاء، لا بـشر في المعمورة يتعمـد عيش حياته وفعل ما يحلـو له بناء على نزوة عابرة، ولكن ويالالأسف فإن النهاية معروفة ولابد لتلك النزوة عواقب وخيمة أوان الفطنة.

### ٦. تذكر كيف كان الحال عندما كنت في عمر أولادك:

مرحلـة المراهقـة هي مرحلة معقدة في حياة الإنسـان، فلا المرء طفل بعد ذلك ولا هو راشـد بعدُ، والمركبات الهرمونية في تغير مسـتمر، فيبدأ المراهق



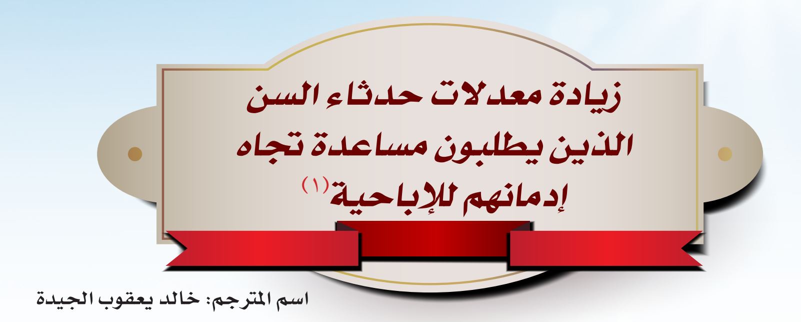
بالخـوف من الوقوف أمام المجمع ويبدأ بمحاولة الحصول على الاستقلالية من والديه، ومما لا شك فيه أن شباب اليوم يمرون على هذه المراحل الصعبة في وقت مبكر؛ بسبب سهولة الحصول على أي شيء متوفر على الإنترنت.

آمل أنني عبر هذا المنشور قد وفقت إلى إيقاظ ضمائركم وتوفير المعلومات لكـم حـول كل ما يجـول في عالم الإنترنت، ومـن الجدير بالذكر أنـه ببقائكم مهتمـين بحيـاة أولادكم وبوضع الحـدود اللازمة في تصرفاتهم وممارسـاتهم اليومية، يمكنكم مسـاعدتهم على تجنب الأخطار التي تحويها الإنترنت وعلى تعلم كيفية الاستعمال الصحيح الذي يرضي الله ورسوله، ويبعد الضرر عن صحتهم ونفسيتهم إن شاء الله.

نصـل لنهاية الجزء الثاني، ولمن يحب أن يقرأ الجزء الأول بعنوان (خمسـة مخاطر على الإنترنت لن يخبرك بها أطفالك) فاضغط هنا من فضلك.







# زيادة معدلات حدثاء السن الذين يطلبون مساعدة تجاه إدمانهم للإباحية(١)

اسم المترجم: خالد يعقوب الجيدة

## نص المقال:

سنغافورة: وفقًا لمراكز الإرشاد الصحي، فهنالك زيادة في معدل من هم دون ال ٢٥ الذين يطلبون مساعدة تجاه إدمانهم للإباحية، ووفقًا لأخصائين نفسيين فإن من أهم عوامل السقوط في وحل الإباحية والبقاء فيه هو سهولة الحصول على المحتوى والتعرّض المستمر له.

في عام ٢٠١٥ بدأت منظمة *We Care Community Services Centre* بتقديم علاجات لإدمانات مختلفة مثل الجنس، الحب، والإباحية، والذي حفّز ظهور المنظمة هو رؤية القائمين عليها مدى تفشّي تلك الأنواع من الإدمان في المجتمع، وقالت المسؤولة عن المنظمة السيدة ثام بأنه: في بادئ

(1) *Increasing trend of younger people seeking help for sex and porn addiction. (2019). CNA. Retrieved 7 July 2019, from https://www.channelnewsasia.com/news/singapore/sex-porn-addiction-more-younger-people-seek-help-9963738?fbclid=IwAR0FcmoOikQvVU9PNOiR5GOs3R4JCs2sBLeMt6JvLb4pHangdOhMUHSxAn8*



الأمر كان غالبية المراجعين أكبر من سن ٢٥، ولكن في الآونة الأخيرة لوحظ بأنه تقريبًا من بين كل ٥٥ شخص هنالك ١٠ من هم دون ٢٥ سنة. هنالك من المراجعين من يعاني من أفكار جنسية ملحّة، وهنالك من يعاني من إدمان للمواد الإباحية، وهناك من يشعر برغبة جنسيّة ملحة لممارسة الجنس.

**وأضافت**: القول بأن هنالك مرات عديدة يتم التواصل معنا من قبل آباء/ أمهات بأنهم اكتشفوا بأن طفلهم قد شاهد الإباحية، ولا يعلمون كيفية التصرف مع هذا الموقف بالشكل السليم الذي يساعد الطفل على التعافي، ويسهل في هذا الزمن وقوع الطفل في الإباحية؛ إذ أصبحت وسائل التواصل الاجتماعي مليئة بالمواد بالإباحية، فلم يعد المرء بحاجة للذهاب للمتجر خلسةً من أجل شراء مادة إباحية، وإنما بضغطة زر وهو في عقر داره.

**وقالت أيضًا**: ويوجد أيضًا العديد من الناس الذي يتصفحون مواقع إباحية، والذين قد يكونون جالسين بجانبك في المطعم أو أي مكان عام آخر.

## التعافي قبل أن يسوء الأمر:

وقالت وزارة التنمية الاجتماعية والأسرية التي في سنغافورة بأن: هنالك العديد يحتاجون إلى مساعدة لعلاج سلوكهم الجنسي الخاطئ، ومن المهم أن



يحصل هؤلاء على العلاج المناسب فورًا؛ لكي لا تتفاقم حالتهم وتصل إلى مرحلة التعدي على الغير بممارسة ما تم مشاهدته على الآخرين.

وقالت السيدة مافيز المتخصصة في علم النفس مع منظمة أطباء بلا حدود بأن: هناك أكثر من عامل يزيد من احتمالية الاعتداء الجنسي، ومنها فقدان المرء المتعة التي اعتاد عليها أثناء المشاهدة وشعوره بأن عليه تطبيق ما يشاهد؛ لكي يشعر بتلك النشوة السابقة أو يزيد عليها، وكذلك عدم القدرة على السيطرة على الأفكار الجنسية والشعور بالوحدة.

سهولة الحصول على المحتوى الجنسي ساهم في ترسيخ فكرة الاعتداء/ الممارسات الجنسية لدى حدثاء السن، ففي السابق كانت الإباحية متوفرة فقط في مجلات معينة، ولا يستطيع شراءها إلا فئة عمرية معينة، أما اليوم فيستطيع جميع الأطفال الحصول على المحتوى الإباحي بالمجان وبدون علم آبائهم، والمشاهدات المتكررة للمناظر العنيفة والشاذة من اغتصاب للأطفال/ النساء/ زنا المحارم قد ترسّخ تلك الأفكار في عقل المشاهد؛ فيصبح ممن يتبنى هذا النهج، ويحاول تطبيقه على أرض الواقع.

### مدمن الإباحية قد يقوم بالاعتداء الجنسي:

وتذكر السيدة مافيز قصة أحد المرضى ويُدعى مايكل (ليس اسمه الحقيقي) بأنه: في مدرسته الابتدائية كان من المتفوقين دراسيًّا، وعندما انضم



للمدرسة المتوسطة كان يتعرض للأذى/ للتنمر من قبل رفاقه؛ مما جعله ينطوي على نفسه ولا يحتك مع أقرانه، وكان يقضي معظم وقت فراغه على الإنترنت، وفي سن ١٣ بالصدفة وقعت عيناه على المواقع الإباحية، ووجد فيها المخدر/ المهرب الذي يخدره من الأذى الذي يتعرض له في المدرسة، وفي سن ١٧ كان يشاهد الإباحية أكثر من مرة في اليوم مما أثر على تركيزه في الفصل، إذ يكون ذهنه مشغولًا بالإباحية، وهذا أدى إلى انحدار مستواه الأكاديمي، وبعد ذلك وجد أن المشاهد الإباحية لم تعد تثيره ويريد أن يرى المشاهد في الواقع مما جعله يتسلل إلى حمامات النساء (أجلكم الله) ويختلس النظر إليهن، وتم القبض عليه متلبسًا بالجرم.

وقالت السيدة مافيز بأن: حالة مايكل كان بالإمكان أن لا تصل إلى هذا المستوى لو تم مراجعة المختصين في بادئ الأمر. وأضافت القول بأنه: كان هناك أكثر من عامل جعل مايكل يصل إلى مثل هذه الحالة: ١- التعرض للتنمر من قبل أقرانه؛ مما جعله في عزلة عن الحياة الاجتماعية. ٢- وجود المهرب من الواقع بمشاهدة المحتوى الجنسي. ٣- غياب التوعية الأسرية، وغرقه في المحتوى الجنسي مما جعله يبحث عن مشاهد حقيقية، وهي باختلاس النظر إلى الفتيات وهن في بيت الخلاء (أجلكم الله).



## ١٠٠ حالة تحول على الوزارة سنويًا من أجل العلاج:

يحول على الوزارة كل سـنة قرابة ١٠٠ حالة لعلاجها من إدمان الإباحية وعـلاج المتضررين، وقد يكونون داخل دائرة العائلة وقد يكونون خارجها، وأغلب الحالات تتضمن النظر خلسـة وأخذ صور لعورات النساء، و٩٠٪ مـن تلـك الحالات تحتاج إلى علاج ما بين فردي/ مع مجموعة لرفع مسـتوى ضبط النفس وتقليل خطر تعريض الآخرين للضرر.

٨٠٪ ممـن حـضروا البرنامج العلاجـي تغير وضعهم بشـكل أخص بما يتعلق بتعريض الآخرين للضرر. ولا شك أن القوانين الصارمة تجاه التحرش الجنسي مهمة، ولكن وفقًا للسـيدة مافيز فإن ٥٠٪ من المعتدين جنسـيًّا إن لم يعالجوا فإنهم سيقومون بتكرار تلك العملية.

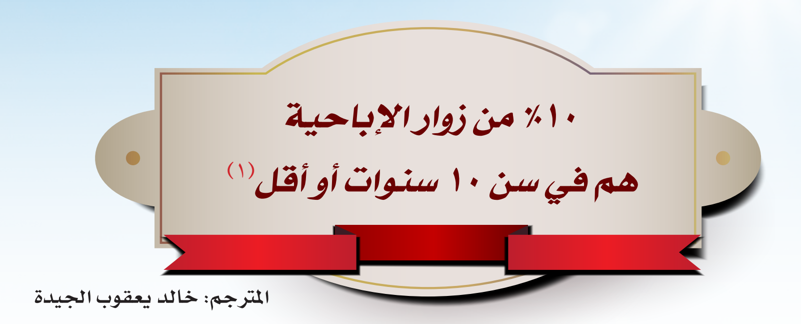
## لنتحدث عن الجنس:

وفقًا لعلماء النفس فإن أحد طرق وقاية الأبناء من الوقوع في الإباحية هو حديث الوالدين معهم عن هذا الأمر، وقالت السيدة مافيز: إن غالبية أولياء الأمـور يتحرّجون من التحاور عن مثل هـذه الأمور مع أطفالهم ومعتمدين أنه سـيتم مناقشـة ذلـك الأمر في المدرسـة، وقد لا يُغطى ذلـك الأمر، ويجبر أوليـاء الأمـور عـلى الحديـث عندمـا يقع الفـأس في الـرأس، عندمـا يكون الطفل/ الشاب قد بدأ بتطبيق ما يشاهد من مقاطع إباحية، ولذلك من المهم

على أوليـاء الأمور توجيه فلذات أكبادهـم، وأن توضح المناهج هذه الأمور في المدارس، بحيث كل عمر يعطى له المحتوى المناسـب. مثال: عندما يكون في الروضة نعلم الطفل بأن هنالك مناطق في جسده لا يحق لأحد بأن يلمسها أبدًا، ويتدرج الأمر للمراحل الباقية.







# ١٠٪ من زوار الإباحية هم في سن ١٠ سنوات أو أقل[١]

المترجم: خالد يعقوب الجيدة

**نص المقال:**

لطالما نركز على متوسط عمر البالغين الذين يشاهدون الأفلام الإباحية، ونغض الطرف عمن هم في سن الطفولة، أغلب المختصين يدعون أن متوسط عمر التعرض للإباحية هو ١١ سنة، ولكن هناك تقرير نشر مؤخرًا من شركة *Bitdefender* يبين بأن ما بين كل عشرة زوار هناك زائر عمره دون العاشرة؛ وذلك يعني بأن هنالك العديد من الأطفال ممن هم دون العاشرة، وقد يكونون لم يبلغوا الحلم ويشاهدوو الإباحية.

والبحث يشير إلى أن الأطفال الذين لا يعلمون عن خطر الإباحية من قبل أهاليهم فإن احتمالية وقوعهم فيها تكون أكثر.

---

(1) *Jenson, K., & Jenson, K. (2017). Kids Under 10 Make Up 10% of Porn Site Visitors. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2017/08/24/one-in-ten-visitors-to-porn-sites-age-10-or-under/*

وتحكي إحدى الأمهات صدمتها بعد أن فعلت كل ما في وسعها من أجل ضمان عدم مشاهدة طفلها للإباحية من وضع برامج حجب وغيره من الأمور، وكانت الصدمة عندما فوجئت بأن طفلها قد تعرض لمشاهدة الإباحية من قبل صاحبه ذو الست سنوات.

## الإباحية تساهم في تفشي الاعتداءات / العلاقات الجنسية بين الأطفال:

بعد أن يمتلئ عقل من هو دون العشر سنوات من المحتوى الإباحي فإنه سينتقل إلى المرحلة الأخرى وهي تطبيق ما شاهد؛ وقد يكون شاهد أشد المقاطع التي لا تمت للإنسانية بأية صلة مما يضع حياة الآخرين في خطر، ولكي تحصن طفلك هناك ثمان طرق ينصح باتباعها لحماية طفلك من احتمالية وقوعه في الإباحية، وكن على ثقة بأنك أفضل مصدر لتوعية طفلك من خطر الإباحية.

**ثقف نفسك:** سيأخذ الأمر من وقتك وجهدك، ولكنك لن تندم بعد أن تحصد النتائج الطيبة في أن يكون لك أطفال صالحون، ننصح بأن تعطي ساعة من يومك في تثقيف نفسك حول الإباحية وأمور أخرى عن الأسرة والتربية، وستجد في الموقع عشرات المقالات التي تتحدث عن ذلك الجانب.

**عش في الوقت الحالي:** لا شك في أن آباءنا ربونا تربية حسنة، ولكن



ليس كل طريقة اتبعوها تنفع لهذا الوقت، فهناك تحديات جديدة في هذا العصر، آباؤنا وأجدادنا لم يعاصروها مثل: تفشي الإباحية، فالتحديات المستجدة تستلزم منا البحث عن حلول فعالة لها.

**حصن أبناءك في سن مبكرة:** ينطبق على إدمان الإباحية مقولة: «الوقاية خير من العلاج» فحماية طفلك من الوقوع خير من المحاولات لانتشاله من ذلك الوحل؛ فلذلك احرص على تثقيف طفلك منذ نعومة أظفاره، ولمعرفة التحديات التي قد تواجهك ننصح بمراجعة هذا المقال.

**ابتعد عن التحقير:** لا شك بأن مشاهدة الإباحية فعل مشين وسيء، ولكن لو -لا قدر الله- شاهد طفلك الإباحية بقصد أو بدون قصد، فاعمل على أن توجهه حول فعل أفعال جيدة، واشرح له لماذا ينبغي عليه ترك المشاهدة، بدل من أن نجعل الطفل يشعر بالدونية ونوبخه ليل نهار.

**أعطهم خطة:** في حال -لا قدر الله- قد أدمن طفلك الإباحية بدلًا من الاكتفاء بقولك له: توقف عن المشاهدة، يفضل إعطاؤه خطة عملية يسير عليها؛ لكي ينجو بإذن الله من ذلك الإدمان؛ وستجد في الموقع عشرات الدروس التي تتحدث عن ذلك الأمر.

**تحدث:** الأطفال يحبون الحديث مع والديهم، وإن شعرت بأن الطفل تظهر عليه أعراض التململ، حاول أن تعرف السبب فقد يكون الطفل



مرهقًا أو منشغلًا بلعبة، ويمكن مشاركة الطفل بحديث بنّاء أثناء قيادة المركبة أو اللعب معه.

**برامج حجب:** تأكد من وجود برامج حجب في الجهاز الذي في متناول يد طفلك؛ لكي تحميه من التعرض المفاجئ للإباحية.

**المشاركة:** شارك ما تعرفه من وسائل توعية للأطفال عن الإباحية مع زملائك؛ لكي يحصل تبادل خبرات واستفادة من تجارب الآخرين.

**تقبل الواقع وكن نشطًا:** الحقيقة المرّة بأن ١٠٪ من زوار المواقع الإباحية هم أطفال من دون العاشرة.

وإلى أن يكون لدينا واقع يحمي أطفالنا من الإباحية، علينا بتحصينهم؛ لكيلا يقعوا في ذلك الوحل، فينبغي علينا أن نكون على إطلاع بأمور التربية؛ لكي نتمكن من إنشاء أسرة صالحة، تبني المجتمع وتنهض به.





# لقد أصبح عمر ابني ٩ سنوات[1]

اسم المترجم: رضوان موسى

## نص المقال:

هذا الأسبوع بلغ ابني عامه التاسع، لذا -في تقديري الخاص- فإن المتبقي في عمر طفولته عامان فقط. كيف عرفت ذلك؟ تؤكد البحوث الحالية أن متوسط عمر الولد عند التعرض الأول للمواد الإباحية هو أحد عشر عامًا، وهكذا تورطت في لعبة الاصطدام مع صانعي الإباحية؛ هل أبادر وأقدم له مفهوم الإباحية -المبهم بالنسبة له- على نحو استباقي ووقائي، أم ينبغي أن أنتظر التعرض ليحدث أولا ومن ثم أناقشه بشكل تفاعلي؟ فبعد كل شيء مصطلح «متوسط العمر» يعني أن بعض الأطفال أصغر من أحد عشر عامًا، والبعض الآخر أكبر.

(1) *Reframed, C. (2017). My Son Turned 9 Years Old This Week... | Culture Reframed. Culture Reframed. Retrieved 7 July 2019, from https://www.culturereframed.org/my-son-turned-9-years-old-week/*

إذا انتظـرت قد تسـنح له فرصة الحصـول على بضعة أشـهر إضافية من الطفولة، ولكن إذا انتظرت طويلا سـأمنحهم الفرصة لتشكيل ووضع إطار حديثنـا الأول، أنا أمقت صناعة الإباحية التي تفرض صناعتها على عائلتي، وأتصور أن تكون عائلتك في نفس الوضع.

ابنـي هو طفـل منمـق ومرتب بـكل المقاييس، يحـب الليجو (لعبـه بناء تتألـف مـن قطع بلاسـتيكية) وفقا لـما يتطلبه قانـون الأولاد في هـذا العمر، بينـما يعد كبـيرا في الأسـاطير اليونانية والمصريـة أيضا، بعـد أن التهم معظم روايـات ريـك ريوردان خلال العام الماضي، هو أيضـا صبور بالمثل مع أخته الصغرى المتقلبة، كما أنه صبور بشـكل ملحوظ مع شـقيقته الصغرى متقلبة المزاج، ويتعامل بطريقة جيدة مع معظم الأطفال الصغار، فيشاركهم ألعابهم الطفولية المرحة.

فيـما يتعلـق بالجنـس، لديه معرفـة محدودة جـدا، حيث تسـاءل مؤخرًا، «كيف يشارك الأب في تكوين الطفل؟» فسرنا له آليات التكاثر، وحيث إنه لم يكن لديه المزيد من الأسـئلة فقد توقفنا عند هذا الحد، لقد اخترنا أن نستبعد التلفزيون من منزلنا، لذا فهو يستقبل القليل جدًّا من وسائل الإعلام الرئيسة السـائدة، يمكـن أن يلعـب على موبايـل أبيه، ولكـن وقت الشاشـة اليومي المخصص له هو ساعتان فقط، وهو يمتثل لذلك بدون تردد، هو ولد حنون

ومحب، لا يزال يطلب العناق المتكرر والاحتضان الليلي. باختصار، أشعر بالفخر لأن ابني يتمتع بطفولة بريئة خاليه من الصدمات النفسية على غرار طفولتي المبكرة في الثمانينات، ولكن مع قليل من الأشياء التي أضيفت.

فلماذا إذن أريد أن أشوش هذا الوضع المثالي وأعكر الصفو وأبادر ببدء حديث عن الإباحية معه؟ لأنني أعلم أنه في وقت قريب، ستنحرف واحدة من عمليات بحثه على اليوتيوب، وتضل طريقها حتمًا إلى وجهة مجهولة غير مدونة على الخارطة، أو أن يقترح الملء التلقائي الخاص بشريط البحث في جوجل بعض العبارات الصريحة والمشوقة والمثيرة للاهتمام، وسيقوم بالضغط عليها بينما أنا في الغرفة المجاورة أصنع العشاء، أو يحدث ما هو أسوأ، عندما سيقرر طالب الصف الرابع في نفس الحافلة الخاصة به -والذي حصل على موبايل- أن يصدمه بهدف الضحك والسخرية، وسأحتاج حينها لبدء الحديث الذي رهبته لسنوات، من المحتمل حتى أنه قد لا يكشف عن غزوته الأولى للمواد الإباحية على الإطلاق، وسأضطر وقتها أن أكتشف ذلك بنفسي عن طريق التغيرات السلوكية أو غيرها من القرائن والدلائل.

هل ستتسبب نظرة خاطفة للمواد الإباحية بالإنترنت في ترك جرح وأثر دائم به؟ ربما نعم وربما لا. ولكن كوالدته، فأنا أعرف أن عقله ونفسيته بعيدان كل البعد عن الاستعداد لمفهوم الإباحية، فهو ليست لديه فكرة عن

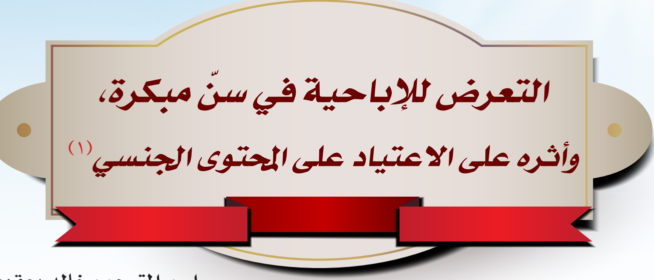


أن البعض قد يمارس الجنس مع غرباء أمام الكاميرا، ومن أجل المال، بحيث يتمكن غرباء آخرون من مشاهدة ذلك. إنه مفهوم مبهم وغريب تمامًا عندما تكشف عنه الستار وتفسره على هذا النحو، لماذا قد يحتاج هذه المعلومات في التاسعة، في حين لا يزال رأسه ممتلئًا بالأبطال الأسطورية وحركات الشطرنج وأفكار جديدة لقضاء للعطلة؟

لا يهتم صانعو الإباحية أنهم سيدمرون طفولة ابني، ولذا فأنا أحقد عليهم جميعا، بالنسبة لهم، فإن عثور صبي يبلغ من العمر ثماني أو تسع سنوات على المواد الإباحية هو فرصة ممتازة لمستهلك جديد، نل منه مبكرًا، وشكل القالب الجنسي الخاص به، وبهذا تكون قد تمكنت منه مدى الحياة. دربه على الاعتقاد بأن «الجنس الحقيقي» يشتمل على جهاز كمبيوتر، وبطاقة ائتمان، ومجموعة من الغرباء.

قد يتبادل آباء وأمهات آخرون النصائح والمعلومات عن أحد مرشحات المواقع وتتبع البرمجيات للحفاظ على أطفالهم «آمنين». ولكنني أريد أن أعرف: لماذا تتقاعس دولتي عن مسؤوليتها المجتمعية وتدع للآباء والأمهات مهمة الدفاع العشوائي ضد صناعة ضارية مفترسة باستخدام موارد هزيلة وضئيلة؟ فنحن غير مؤهلين لمجابهة صناعة تبلغ مليارات الدولارات وعاقدة العزم على توسيع الجمهور الخاص بها.





# التعرض للإباحية في سنّ مبكرة، وأثره على الاعتياد على المحتوى الجنسي[١]

اسم المترجم: خالد يعقوب الجيدة
اسم المدقق: محمد حسونة

## نص المقال:

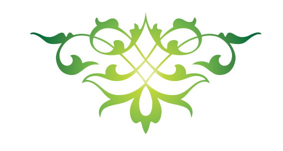
يُؤسفنا القول بأنه: قد أصبح تعرُّض الأطفال لمشاهدة الإباحية أمرًا معروفًا، وهذه المشاهدة تسوء مع تقدم العمر، فكلما كبر الطفل كلما رغب في مشاهد أخرى جديدة لم يرها في السابق، وهذا الأمر يجعل الطفل يعتاد، ويتقبل فكرة رؤية المشاهد الإباحية.

وللتحقُّق من هذا الأمر قمنا بدراسةٍ على ١١٣٤ طالبا وطالبة، وكانت نسبة الطالبات ٥٨,٨٪ ونسبة الطلاب ٤١,٢٪، ومتوسط العمر قرابة ١٣ سنة، وكانت العينات مأخوذة من ٥٥ مدرسة مختلفة، وقد بدأت الدراسة منذ عام ٢٠١٢ بهدف التعرُّف على مدى تقبُّلهم لفكرة المشاهد

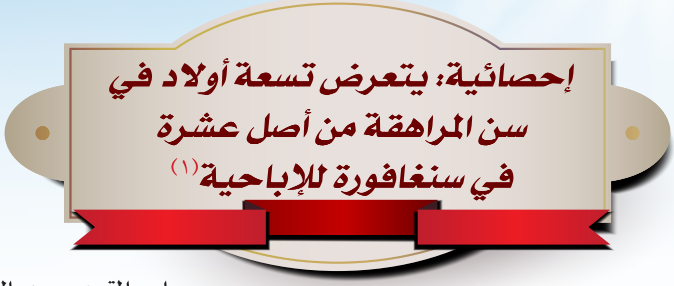
(1) *Daneback, K., Ševčíková, A., & Ježek, S. (2018). Exposure to online sexual materials in adolescence and desensitization to sexual content. Sexologies, 27(3), e71-e76. doi:10.1016/j.sexol.2018.04.001*



الجنسـية، ومدى انغماسهم في المشـاهدة، وقد أثبتت نتيجة الدراسة أنه: كلما استمر الطفل في مشـاهدة الإباحية فإنه يبدأ في تقبُّل فكرة المشـاهد الجنسية، ولا يُنكرها كما كان يُنكرها في السابق.







# إحصائية: يتعرض تسعة أولاد في سن المراهقة من أصل عشرة في سنغافورة للإباحية[1]

اسم المترجم: سحر الفيومي

## نص المقال:

### إحصائية منذ ٢٠١٤:

يتعرض تسعة أولاد في سن المراهقة من أصل عشرة في سنغافورة للإباحية، وفي المقابل تتعرض الفتيات في سن المراهقة إلى أقل من واحد في كل عشرة فتيات.

تسعة من كل ١٠ مراهقين في سنغافورة قد شاهدوا أو قرءوا مواد جنسية صريحة خلال العام الماضي، وقد وجدت الدراسة في المقابل أن ٨ في المائة فقط من الفتيات، أقل من واحد في ١٠، اعترفن بمشاهدة المواد الإباحية العام الماضي، إما عن قصد أو عن طريق الصدفة. أجريت الدراسة بواسطة *Touch Cyber Wellness*، الوكالة الرئيسية التي تدرس كيفية

(1) *TAI, J. (2016). Nine in 10 teen boys in Singapore exposed to porn: Survey. The Straits Times. Retrieved 7 July 2019, from https://www.straitstimes.com/singapore/nine-in-10-teen-boys-exposed-to-porn-survey*

إجراء محادثات على الإنترنت في المدارس، وقد شملت الدراسة ٩٢١ طالبًا تتراوح أعمارهم بين ١٣ إلى ١٥ لدراسة التعرض في سن المراهقة إلى المواد الإباحية.

فعلت أول مسح من هذا القبيل لمعرفة مدى التعرض في سن المراهقة إلى المواد الإباحية قبل عامين ومتابعتها مع واحدة ثانية في وقت سابق من هذا العام.

مقارنة مع الاستطلاع الأول، هناك زيادة من ٦ إلى ١٤ في المائة من الفتيان والفتيات الذين تعرضوا للمواد الإباحية.

الوسيلة الرئيسة للوصول إلى المواد الإباحية من خلال الأجهزة المحمولة الشخصية. ٨٨٪ من الأولاد و٧٣٪ من الفتيات رأوا تلك المواد الإباحية على أجهزة التابلت وهواتفهم الذكية الخاصة بهم. هذا ما يمثل زيادة قدرها ٦ ٪ إلي ٨٪ مقارنة مع استطلاع ٢٠١٤.

ويقول الخبراء أن النتائج مثيرة للقلق، والتي يمكن لها أن تؤثر على المستوى الدراسي للأطفال، واحترام الذات، والعلاقات الشخصية ومواقفهم وسلوكهم تجاه الحب والجنس، وقد تؤدي إلى أشكال مختلفة من الخلل والجرائم الجنسية.

ويقول الخبراء أنه حان الوقت للآباء والأمهات لمراقبة أطفالهم والتحدث معهم حول هذه القضايا، بالنظر نجد أن سنغافورة لديها واحد من أعلى معدلات استخدام الهاتف المحمول.

وعندما سئل أولئك الأطفال عن كيف كان أول اكتشاف لهم للمواد الإباحية، قال ٥٤ في المائة من الأولاد: فتشوا عنه عمدًا على شبكة الإنترنت، بينما ٤٣ في المائة من الفتيات عثر عليها أثناء تصفح الإنترنت.

وقال *MR Chong* هناك حاجة لتقييم ما إذا كانت البرامج في سنغافورة تسمح للأطفال يعرفون أن الوصول إلى هذا المحتوى هو ضار.

يمكن للوالدين أيضًا تثبيت مرشحات الإنترنت على الهاتف المحمول طفلهم وأضاف، ولكن هذا قد تعمل فقط للأطفال الأصغر سنًّا.

«ومن المفارقات، أن بعض الآباء يشاهدون المواد الإباحية أنفسهم والأطفال يعرفون ذلك».

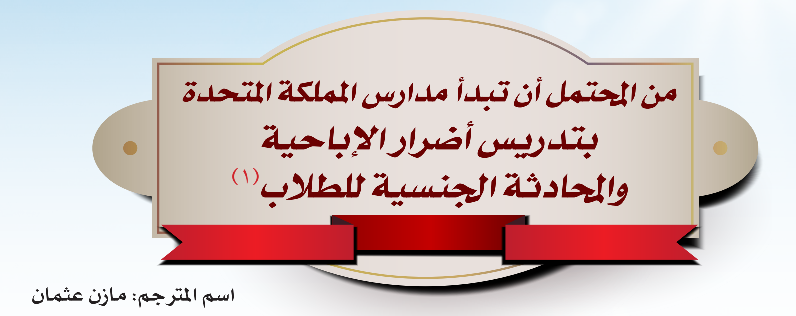
وقال سيدتي *K*. روسلي، ٤٢ عامًا، أم لفتاة تبلغ من العمر ١٠ عامًا وابنه البالغ من العمر ثلاث سنوات، وقالت: إنها لم تفتح الموضوع مع ابنتها؛ لأنها «حساسة». ومع ذلك قالت: أنها تتحقق من مواقع الإنترنت ومواقع الفيديو يوتيوب على هاتف ابنتها كل يوم.



وقالت سيدتي روسلي، مسؤول تنفيذي: «إنها يسلم هاتفها عن طيب خاطر كل يوم؛ لأن لدينا حظر التجول لاستخدام الهاتف عندما ينمو الصبي حتى، وسوف تجعل والده يتعامل معه».







# من المحتمل أن تبدأ مدارس المملكة المتحدة بتدريس أضرار الإباحية والمحادثة الجنسية للطلاب[١]

اسم المترجم: مازن عثمان

## نص المقال:

أهلًا بك في عام ٢٠١٧، حيث الإباحية والمحادثة الجنسية أصبحا شيئًا طبيعيًّا ومعتادًا لمن هم قبل سن المراهقة حول العالم، ولكن الآن، من الممكن أن يحدث أمر ما حيال هذا الأمر.

في المملكة المتحدة، معظم الأطفال يكونوا قد شاهدوا إباحية صريحة على الإنترنت عند عمر الـ ١١ سنة، كما أخبر موقع BBC. وقبل أن يصل أولئك الأطفال لعمر ١٦ سنة، المحادثة الجنسية (أو الشات الجنسي *Sexting*) ستكون شيء معتاد للتواصل بين المراهقين، جمعية خيرية لدعم الأطفال ذكرت أنه يجب على المدارس أن تبدأ بتدريس تأثير المحادثة الجنسية والإباحية؛ لأنه يزداد انتشار مثل هذه الأمور أكثر وأكثر بين الطلاب.

---

(1) *UK Schools Might Start Teaching About The Harms Of Porn & Sexting. (2017). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/uk-schools-might-start-teaching-harms-of-porn-sexting/*

## تعليم يتماشى مع الواقع الحالي:

جمعيـة في المملكة المتحـدة تدعـى *Plan International UK*، قامت باستبيان على ٢٠٠٠ شخص بالغ، ووجدت أن ٧٥٪ من الذين تم سؤالهم يعتقدون أن تأثير الإباحية يجب أن يكون مقررًا دراسيًّا للطلاب في المدارس، بينما ٧١٪ أرادوا تدريس تأثير المحادثة الجنسية للطلاب كمقرر دراسي. المديرة التنفيذية للجمعية (تانيا بارون)، قالت أنها تريد: «أن يتماشى تعليم الأطفال مع الواقع الذي يعيشونه في القرن الـ ٢١».

قالت بارون أيضًا: إن الأطفال يتعرضون للصور والمشاهد الجنسية بشكل «شبه يومي».

تكمل بارون: «الأطفال أنفسهم، خصوصًا الفتيات، يخبروننا أنهم يشعرون بحاجة إلى تعليم متقدم ومناسب لأعمارهم عن الجنس والعلاقات»، وتردف قائلة: «هذا من الممكن أن يساعدهم في تخطي تلك الصعوبات».

وجد اقتراع قامت به نفس الجمعية أيضًا على البالغين في المملكة المتحدة أن:

- حوالي ٧٠٪ من الرجال و٧٩٪ من النساء يعتقدون أن «تأثير الإباحية» يجب أن يُدَّرس في المدارس.



- التوعية بخصوص «المحادثة الجنسية» يجب أن يُدَّرس، ذلك تبعًا لـ ٦٥٪ من الرجال و٧٧٪ من النساء.

- ٧٩٪ من الرجال و٨٦٪ من النساء اختاروا أنه يجب إعطاء دروس عن «العنف والاستغلال الجنسي».

- ٨٦٪ من البالغين الذين تم استبيانهم أرادوا أن تتضمن الدروس موضوع «الرضا الجنسي بين الزوجين».

نتائج الاستبيان تعكس الدعم المتزايد تجاه التعليم الجنسي؛ ليكون أساسيًّا في المدارس، كما أخبر موقع BBC. صانعو القرار المحليين في إنجلترا قلقون من انتشار الأمراض المنقولة جنسيا بين الطلاب عندما يمارسون الجنس مستقبلا، هذا من المحتمل أن يكون بسبب عدم تعليمهم الفرق بين الجنس في الإباحية والجنس الحقيقي.

### الدروس المتطلبة عن تأثير الإباحية:

المطالبة بشكل قانوني لجعل التعليم الجنسي يتضمن دروسًا عن تأثير الإباحية من الممكن أن يكون سهلًا قوله، لكن ليس فعله.

لأنه حتى الآن، جميع الطلاب من سن الـ ١١ الى ١٦ عامًا في المدارس العامة يتلقون نوعًا ما من التعليم المتعلق بالجنس كجزء من مقرر مادة العلوم، وذلك التعليم يكون قاصرًا على الجانب البيولوجي للجنس، ولا يُغطي ما

يتعلق بالعلاقات، المحادثة الجنسية، أو التأثير السلبي الضخم للإباحية على مشاهديها وعلاقاتهم. الكثير من المدارس الخاصة، على أي حال، ليس لديها من الأساس أي نوع من التعليم الجنسي، سواء في الجانب البيولوجي أو غيره.

نوع ما من التعليم الجنسي يُدَّرس لمعظم الطلاب في سن الـ ١١ الى الـ ١٦ عامًا في أسكوتلندا، ويلز وأيرلنديا الشمالية، ولكن الآباء باستطاعتهم أن يأخذوا أولادهم خارج تلك الدروس.

عضوة في البرلمان تسمى (ماريا ميلر) تقول إنها تريد: «دروسًا إلزامية لمساعدة الأطفال في فهم أفضل لعلامات الاستغلال الجنسي، ومواضيع مثل الأضرار الناتجة عن المحادثة الجنسية وتعرض القاصرين للمواد الإباحية».

في العام الماضي، تحقيق قام به البرلمان أظهر أنه يوجد «تناقضات مقلقة» في طريقة تعامل المدارس مع العنف والتحرش الجنسي، وفي سبتمبر الماضي، تقرير بواسطة لجنة مجلس العموم أخبر أن التعليم الجنسي المتطلب يمكن أن «يساعد بشكل كبير في الحد من حدوث تحرش أو عنف جنسي داخل المدارس».

## حارب الإباحية؛ لأنها المخدر الجديد!

الحقيقة هي، سواء أرادوا تطبيق ذلك أم لا، فإن أغلبية المراهقين في كل مكان يحصلون على بعض أو كل معلوماتهم عن الجنس من الإباحية، مع سهولة

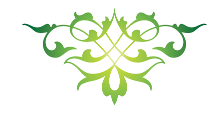


الوصـول للإباحيـة والإتاحة الكبيرة لها، كيف لا يمكن أن يؤثر ذلك بشـكل كبير عن كيفيـة رؤيتهم للعلاقات والجنس؟ مرارا وتكرارا، الباحثون وجدوا أن الاشخاص الذين تعرضوا لقدر من الإباحية أكثر احتمالية أن يبدؤوا مبكرا في ممارسة الجنس ومع أكثر من شخص، وأن يقوموا بممارسة أنواع خطيرة من الجنس، يجعلهم ذلك أكثر احتمالية ليصابوا بعدوى منقولة جنسيًّا.

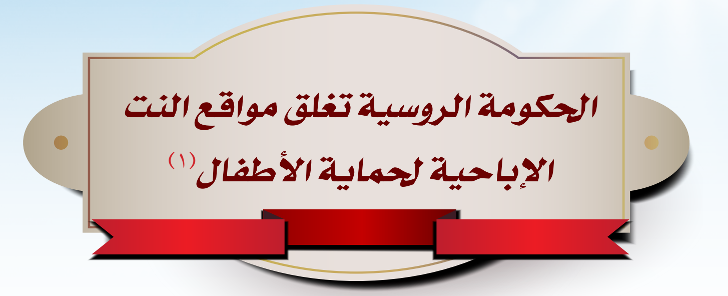
إنـه الوقت لنتوقف عـن التقليل مـن أضرار الإباحية ونُعلِـم من حولنا بذلـك. كمؤسسـة، نحـن نعمـل يوميًّـا لنـشر الوعـي عـن أضرار الإباحية للمراهقـين، نحن نَعلم كيف تـضر الإباحية جيلنا ومن ثـم الأجيال التالية، لذلـك لم لا نتحـدث عن ذلك إذا؟ بمعرفة الحقائـق ونشر الوعي، يمكننا أن نجنب الجيل التالي أضرار الإباحية الكثيرة والتي سيتأثر بها ذلك الجيل حتمًا؛ بسبب انتشار الإباحية في مجتمعنا، شاركنا في كسر الصمت ونشر الوعي.

### ما يمكنك فعله؟

شـارك هذا المقـال وانشر الوعـي بأن الإباحيـة لا يمكنهـا أن تكون إلا ضـارة، لنكن نحـن ذلك الجيل الذي ينجو من الدمـار الحقيقي الذي يمكن أن تسببه الإباحية.







# الحكومة الروسية تغلق مواقع النت الإباحية لحماية الأطفال[١]

**نص المقال:**

نـشرت صحيفة نيو ميـل في عددها الصادر بتاريخ ١٦ سـبتمبر ٢٠١٦ خبرًا تقول فيه:

لقـد اتخذت الحكومة الروسـية موقفًا صارمًا ضـد التوافر المتفشي لمواقع الإنترنت الإباحية لدى مواطنيها.

ففرضت موسـكو مؤخـرًا حظرًا عـلى موقعين إباحيـين، ولكن كما كان متوقعًا قابل بعضُ الروسـيين هذا الإجراء بالرفض، وامتد الأمر بعد صدور حكمـين قضائين في الأسـابيع الأخيرة ضد المواقع التي تنـشر الإباحية لما لها مـن تأثير ضـار على نمو الأطفال، حيـث إنه تم حجـب ١١ موقعًا إباحيًّا في السنة الماضية.

---

(1) *Mail, T. (2016). Russian government blocks porn sites to protect children - The New Mail. The New Mail. Retrieved 7 July 2019, from https://thenewmail.co.uk/russian-government-blocks-porn-sites-protect-children/*

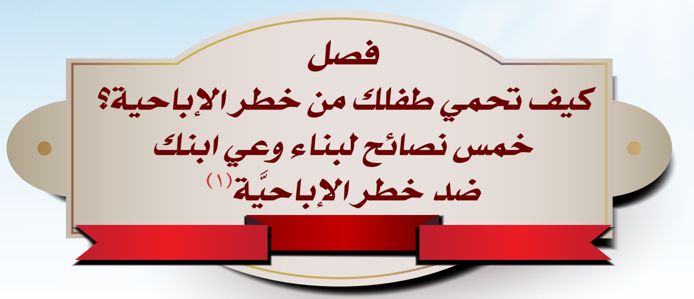


وبالإضافة إلى موجات السخرية على مواقع التواصل الاجتماعي فقد وُجِّهت دعوة إلى الجريدة من أحد المواقع المحظورة والتي تم رفضها بشدة وكانت إجابتنا: «نحن نعتذر ولسنا للبيع، وحياة الناس ليست سلعة».

وعلى الرغم من الانتقادات الواسعة ضد القرار إلا إن بعض الحقوقيين يعتقدون أنها حركة إيجابية جدًّا لحفظ قيم العائلة ولسلامة الأطفال من مساحات الإباحية الواسعة وغير المراقبة، ومنذ السنة الماضية وجريدتنا تنصح الناس الذين ينتقدون اتجاهاتها أنه بدلًا من هذه المواقع الإباحية، يمكنك أن تخرج وتبحث عن نصفك الآخر لتكون زوجة لك.







# فصل
# كيف تحمي طفلك من خطر الإباحية؟
## خمس نصائح لبناء وعي ابنك ضد خطر الإباحيَّة(١)

المترجم: Mahmoud Gomaa Eldakrory

### نص المقال:

#### كتب بيزجيني يقول:

أمْتَلِكُ أنا وزوجتي ثلاثةَ مُراهقين في منزلِنا، نسعى لتربيتهم تربيةً واعيةً ضدَّ مخاطرِ الانغماس العقليّ والروحيّ في عالم التكنولوجيا، ومنها بالطّبع خطر الإباحيَّة.

على مدار تلك الرِّحلة، تعلَّمنا الكثيرَ والكثيرَ من الأشياء الّتي نَوَدّ طرحَها على الآباء لمُساعدتهم في تربية أبنائهم؛ لذا؛ خذ من وقتِكَ خمسَ دقائقٍ، في مُقابل بناء وتكوينِ ملمحٍ مُتكاملٍ عن طبيعةِ هذا الوعي المنشود.

---

(1) *Five Quick Tips for Parenting Against Porn | Disruptus Renovatus. (2016). Disruptusrenovatus.com. Retrieved 7 July 2019, from https://www.disruptusrenovatus.com/parenting-porn-power-intention/*

### ١- لا تتعجَّل في اقتناءِ أوّلِ هاتفٍ ذكيٍّ لابنِك المُراهق:

إنَّ وضعَ هاتفٍ ذكيٍّ بين يدي طفلٍ أو مُراهقٍ يجعله صيدًا ثمينًا لعدوٍ يتحيَّن الفرصةَ للنيل منه؛ (الإباحيَّة). إنني أعلم جيِّدًا أنَّ الثَّقافةَ المُحيطةَ تفرضُ علينا -كآباء- ضرورةَ اقتناء هاتفٍ ذكيٍّ لابننا، ما إن يبلغ الثامنة من عمره. ولكنَّ الحقيقةَ، أنّه ليس بالضَّرورةِ أن يكونَ كلُّ ما يقرره المجتمعُ والنَّاس صوابًا؛ بل إنّ العادة قد جرت بأِن يكونَ معظمُ ما يقرّه النَّاسُ خطأً، وما عداه هو الصَّواب.

#### أتعتقد أنني مُبالِغٌ في وجهةِ نظري؟

حسنًا؛ ما رأيُك أن تقضيَ وابنُك ليلةً في نادٍ من أنديـة التَّعري «*Strip Clubs*»؟ أتشعر بالخجلِ المُفرِطِ من هذا؟ حسنًا، ما رأيك أن تجلسا سويًّا أمامَ أحدِ الأفلامِ الإباحيَّة؟

إنَّ امتلاكَ المُراهقِ هاتفًا ذكيًّا، وهو لا يدري ماهيّة الخطر الّذي يهدده، يعني أنَّك قد جلبت له هذه الموبقات ليحملها بنفسه، فيشاهدها متى يشاء، ويخفيها كيفما شاء.

### ٢- لا شاشات خلف الأبواب المُغلقة أبدًا:

لا تتردد في اختيار أمكنةٍ مفتوحةٍ للتلفاز والكمبيوتر؛ إن هذا مُريح جدًّا، وسيكون بمثابة إغلاقٍ لأبوابِ الشّر.



انتبه أيضًا للمدَّةِ الَّتي يستغرقها أبناؤك المُراهقون في المرحاض، وكن يقظًا، شُجاعًا، مُدرِكًا حساسيَّةَ دورك ومسئوليتك في حماية فلذات أكبادك.

### ٣- بادر ببناء جُسورٍ للحماية، وتفعيل أنظمةٍ للإنذار المُبكّر:

لقد أدركت أنا وزوجتي أنَّ الوقايةَ خيرٌ من العلاج، وأن أبناءَنا المُراهقين في أمسِّ الحاجة لنا، كما أننا في حاجةٍ إليهم، لقد صِرنا نقتطعُ من أوقاتنا في سبيلِ قضاءِ أوقاتٍ أطول معهم؛ أصبحنا نحرص على تنظيمِ عشاءٍ خارجِ المنزل من الحين للآخر. إنّ هذا المُناخَ يمنحهم الأمانَ والاكتفاءَ والثِّقةَ، وهي أمورٌ تشكّل جِدارًا فاصلًا بين عالمِ الأسرةِ الحميميّ، وبين عالمِ الإباحيّة الحيوانيّ.

### ٤- ابدأ بنفسك!

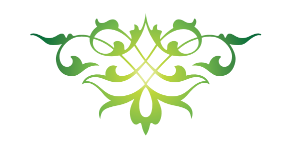
إذا قررت أن تديّنَ أبنائك سيكون سبيلًا لحمايتهم من كلّ المخاطِر المُعاصِرة الّتي تحيق بهم، فلا بدّ أن تكونَ أنت أيضًا على قدرٍ من التّديّن، واعلم أنّ تقصيرَك سينعكس عليهم، والمثل بالمثل.

### ٥- علّمهم أن الجنس جيّد، والأشياء الجيّدة هِبةٌ من اللّه:

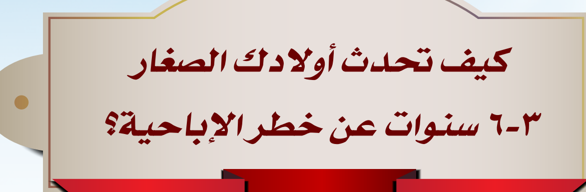
كما أنّ المالَ جيّد وهبةٌ من الله، والسّرقة هي وسيلةٌ غير مشروعة للحصول على المال؛ لأنها تفسد الفردَ، وتسبب خللًا في المجتمع، وكما أنّ النّجاحَ شعورٌ

جميل، يمكننا الحصولُ عليه بالتّعب، فإنّ النّجاح الزّائفَ الّذي يهدم المجتمعَ يمكن الحصولُ عليه عبر وسيلةٍ غيرِ مشروعةٍ، وهي الغش.

الجنس أيضًا يمكن الحصول عليه بطريقةٍ مشروعةٍ وآمنةٍ، نُفرّغ من خلالها رغباتِنا، ولكننا لن نحصل على القسط الكافي من الودّ والحبّ والحنان، إلا من خلال الزّواج، أمّا الإباحيَّةُ فهي المُقابِلُ المُفسِد غيرُ الشّرعيّ للحصول على الجنس، كن يقظًا دائمًا؛ حتى لا تقع في هذا الفخ.







# كيف تحدث أولادك الصغار ٣-٦ سنوات عن خطر الإباحية؟

**نص المقال:**

يقوم الأب أو الأم أو المربون بصفة عامة بالحديث إلى الصغار لمن هم في عمر ٣-٦ سنوات بالطريقة التالية لحماية أبنائهم من خطورة الصور السيئة فيبدءون بالحديث معهم ويكلمونهم بالكلام التالي:

- نحن نرى الكثير من الصور في كل مكان. أين نراهم؟
- على الحوائط والجدران.
- في الكتب والمجلات.
- على اللوحات بطول الطريق وعلى المباني.
- في التليفزيون والكمبيوتر والهواتف الذكية.
- الصور الجيدة تظهر الأجزاء الجميلة والشيقة من عالمنا.
- نحن نحب صور الحيوانات الصغيرة اللطيفة.
- إننا نشاهد أفلاما وفيديوهاتٍ جيدة.



- نستمتع بالنظر إلى صور عائلتنا وأصدقائنا، هذه الصور الجيدة تساعدنا على تذكر الناس الذين نحبهم. ما هي الصور الجيدة التي تحب أن تنظر إليها؟ (اسأل طفلك).
- لكن بعض الصور ليست جيدة. إنها سيئة.
- الكبار يستخدمون كلمة بديلة عن «صور سيئة» تدعى «إباحية».
- الصور السيئة تظهر الأجزاء الخاصة لأجسادنا والتي نغطيها بملابس السباحة.
- ماذا يعني «خاصة». هذه الأجزاء التي ذُكرت يجب أن تبقى خاصة.
- كل جزء في جسدك جيد حتى أجزائك الخاصة لكن تصويرها ليس شيئًا جيدًا.
- حينما يظهر الناس أجزاءهم الخاصة فبهذا لن تكون خاصة على الإطلاق، إنه من المهم أن نحتفظ بها كأجزاء خاصة.
- أين من المحتمل أن نرى الصور السيئة؟ إنها نفس الأماكن التي نستطيع أن نرى فيها الصور الجيدة على الشاشات مثل الهاتف والتاب.
- في التليفزيون أو على الكومبيوتر، في المجلات، في صور الإعلانات بالمتاجر أو على لوحات الإعلانات على طول الطريق، لا يهم أين سترى الصور السيئة، المهم أنها ليست آمنة للأطفال لينظروا إليها.



- بعض الأشـياء آمنة وبعض الأشـياء غير آمنة، بعض الأشـياء خطرة جدًّا.
- الكثير من الأشياء ليست آمنة للأكل والشرب، إنها سامة ويمكنها أن تجعلك مريضًا.
- الصور الجيدة آمنة لكي تنظر إليها، الصور السـيئة ليسـت آمنة للنظر إليها، الصور السـيئة مثل السـم لدماغك! النظر إليها خطر على طفل ما زال في طور النمو.
- إنها صورة سيئة.
- بعـض الأطفال يـرون بعض الصور السـيئة مصادفة، لكـن حتى لو رأيت صورة سيئة لن تجعلك طفلا سيئا.
- هل صادف أن رأيت صورة أو كرتون أو فيديو لأناس بدون ملابس حيث يظهرون أجزاءهم الخاصة؟ نعم، أين رأيتهم (اسـأل طفلك)، لو حدث ذلك لا تقلق! يوجد شيء جيد يمكنك فعله لو رأيت صورًا سيئة.
- إذا رأيت صورة سـيئة أو فيديو أو كرتون لأناس بدون ملابس هنا ما الذي يبقيك آمنًا: أدر وجهك، اجرِ وأخبر.
- أدر وجهك عن الصور السـيئة، جرب الآن أدر وجهك وغطِ عينيك بيديك (أخبر طفلك).



- اجـري وابحث عن والديك أو أي شـخص بالغ تثق به، جرب هذا، تظاهر أنك تجري (أخبر طفلك أن يفعل).
- أخبرهم بما رأيت. قل: «أنا فقط رأيت صورة سيئة!» لا تبقي الصور السيئة سرًّا عن والديك، جرب الآن وضع يديك حول فمك (أخبر طفلك أن يفعل).

### تذكر قواعد الأمان الخمسة التالية:

١. لـو أن شـخصًا حاول أن يريـك صورًا أو فيديوهات سـيئة انظر بعيدًا، تذكـر أن تحول رأسـك واجرِ ثم أخـبر أحدًا من والديك أو شـخصًا بالغًا مؤتمنًا عما رأيته.
٢. لو رأيت يومًا صورة أو فيديو سيئًا فإياك أن تريَه لأي طفل آخر.
٣. يجـب ألا يلتقـط أحد صورة أو فيديو لك بدون ملابس، لو أن شـخصًا حاول أن يفعل ذلك، أخبر أمك أو أباك أو شخصًا بالغًا ثقة.
٤. إياك أن تصوِّر نفسك صورة أو فيديو وأنت بدون ملابس.
٥. لـو رأيت صـورة أو فيديو سيء والتصق بدماغـك، اذهب وأخبر أمك أو أباك أو شـخصًا ثقة بالغًا وقل: «أنا أحتاج مساعدتك؛ لكي أنسى تلك الصور السيئة».

- إن لديك القوة!



- يمكنـك أن تتذكـر ☜ أدر رأسـك و اجرِ، وأخبر حينـما ترى صورة سيئة.
- يمكنك أن تكون سعيدا آمنا لو اخترت أن تنظر إلى الصور الجيدة.

## إرشادات للوالدين:

### لماذا أنت تفعل الشيء الصواب؟

الآباء الذين يحذرون أطفالهم من مخاطر الإباحية لا يدمرون براءتهم: هـم في الحقيقـة يحمونهـم، الأطفال الذيـن يُترَكـون وحدهـم ليتعاملوا بأنفسـهم عنـد التعـرض للإباحية هم أكثـر الأطفال تعرضـا للخطر وذلك للأسباب الآتية:

- منتجو الإباحية يسـتعملونها بشكل روتيني؛ كي يستدرجوا الأطفال الصغار لإساءة استخدامهم.
- الأطفال هم أكثر الأشخاص تقليدًا لما يشاهدونه، فمشاهدة الإباحية تزيد من خطر الشذوذ بين الأطفال بعضهم البعض.
- الأطفـال الذين يدمنون الإباحية تسـبب لهم آثارًا سـيئةً وخطيرةً ربما مدى الحياة.

الخـبراء في مجـال إدمـان الإباحيـة ومنـع الاسـتغلال الجنـسي للأطفال ينصحـون الآبـاء بالبـدء في تعليـم الأولاد مخاطـر الإنترنـت، وهذا يشـمل



الدخـول إلى الإنترنـت عبر أجهـزة الأصدقاء وأعضـاء العائلة والمدرسـين وزملاء المدرسة والمربيات.

لكي نحمي عقول الصغار كن أنت المصدر الأول والأفضل للمعلومات حول حقيقة الإباحية ليرفضوها.

## كيف تستجيب؟

ربـما تنتابك مشـاعر مختلطة حينما يسـتخدم طفلك خطة «حول رأسـك واجر وأخبر» كتسجيل لتعرضه للإباحية، إنه من الطبيعي أن تشعر بانزعاج لتعرض ولدك للإباحية، وسعيد في نفس الوقت أنه قد فعل الصواب بمجيئه إليك وإخبارك.

أشـجعك أن ترسم ابتسـامة عريضة على وجهك، وتعطي ولدك حضنًا حينـما يحـدث ذلك! طمئنه بقولك «شـكرًا لأنـك أخبرتني، إنـك قد فعلت الشيء الصواب».

وبعد ذلك خذ نفسًا عميقًا واهدأ، واطرح عليه هذه الأسئلة:

- أخبرني ما الذي حدث؟
- ماذا رأيت؟
- ما هو شعورك؟

حسب نوعية الإباحية التي شاهدها ستختلف مشاعرهم؛ بعضهم سيُصْدَم، الآخرون سيصيبهم الإعياء، وسيظل آخرون مفتونين ويريدون رؤية المزيد.

بعض الأطفال يرتبكون لأن الثلاثة مشاعر السابقة تنتابهم في نفس الوقت.

(إذا شاهد طفلك شيئًا صادمًا فربما تحتاج إلى استشارة خبير لدعم إضافي).

إن أهم جزء في هذا الموضوع أن تنصت، تحترم مشاعر ابنك أو ابنتك، ولا تخجل منهم على أية حال، ربما تحتاج أن تقول لهم مثل تلك الكلمات:

- أنا مشفق عليك أنك رأيت هذه المشاهد.
- الأطفال خصوصًا يجب ألا يشاهدوا هذه الصور السيئة.
- أنا سعيد أنك أخبرتني! إنه كان قرارًا صائبًا.

**ملاحظة:**

أنا أفضل ألا تعطي طفلك مكافأة مثل هدية صغيرة أو نقود من أجل أنه قد أخبرك بأنه رأى صورًا سيئة، إن أكبر مكافأة هي زيادة الثقة في علاقتكما.



## كيف تساعد ابنك على أن ينسى الصور السيئة؟

الإباحية يمكنها أن تصنع ذكريات قوية في دماغ الطفل!

ولهذا يحتاج الأطفال الصغار للنسيان، إن نسيان أو معادلة الصور الإباحية بسيطة لكن تحتاج ممارسة وتوجيه، أساسا الطفل يحتاج خطة لخلق مسار عصبي بعيدا عن ذاكرة الإباحية، وإليك الكيفية:

١. ساعد طفلك على أن يحدد نشاط الذي يحبه من المرح أو الإثارة.. ربما تكون أنشودة أو فيديو مَرِح أو لعبة أو نشاط حركي. من الممكن أن يكون أي شيء ممتع يمكنه أن يساعد في تشتيت تفكيره.

٢. علم طفلك أن يفكر في نشاط خاص من المرح حينما تخطر الصورة السيئة على دماغه، فعل شيئ حركي يتطلب تركيزًا يمكنه أيضًا أن يساعد في تشتيت الطفل عن التركيز على ذاكرة الصورة السيئة.

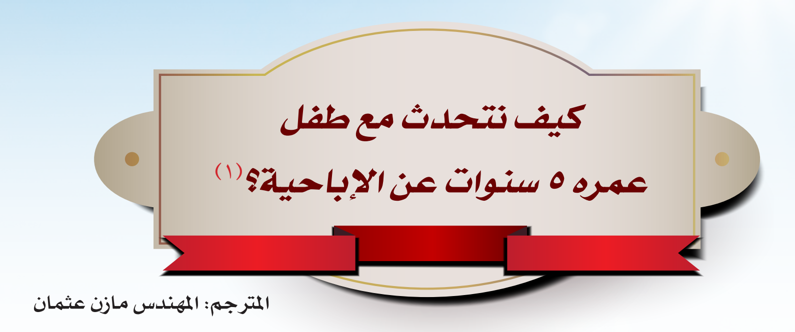
٣. شجع طفلك أن يحتفظ بممارسته، أدمغتهم طبيعيا سوف تعود لتذكر الإباحية. حسنا، في كل مرة يحدث ذلك اطلب منهم أن يفكروا في نشاطهم الممتع، وسوف يتعود دماغه على ذلك، ومع الوقت ستقل تلك الخواطر الإباحية، وستكون أقل سيطرة على أدمغتهم.

## يمكنك فعل ذلك!

يمكنك استخدام هذا المقال مرة بعد مرة لتُحَصِّن أطفالك من الرسائل الجنسية غير الصحية والتي انتشرت في مجتمعنا، الأطفال يمكنهم أن يتعلموا رفض الإباحية ومضارها التي تصاحبها، إنهم يستحقون أن نحميهم ونحذرهم مبكرا بدرجة كافية؛ كي يبقوا آمنين.







# كيف نتحدث مع طفل عمره ٥ سنوات عن الإباحية؟[1]

المترجم: المهندس مازن عثمان

**نص المقال:**

يقول كريس مِكِينا مؤسس موقع *Protect young eyes* والمسؤول عن المحتوى التعليمي لموقع *Covenant eyes* وهو شخص مهتم بحماية الأطفال من الإباحيات: مؤخرا، ألقيت محاضرة لمجموعة من الآباء في إحدى المدارس عن حماية الأطفال من الإباحيات، وفي نهاية المحاضرة سألني والد يسمي أنتوني يقول: «كريس، ابني عمره خمس سنوات، ويحب استخدام التابلت. ماذا ينبغي عليّ أن أقول له ليستخدمه بأمان؟ هل أكلمه عن الإباحيات؟ ما الذي يمكنني فعله؟»

(1) *How to Talk to a 5-year-old about Porn | Protect Young Eyes Blog. (2016). Protect Young Eyes. Retrieved 7 July 2019, from https://protectyoungeyes.com/how-to-talk-to-a-5-year-old-about-porn/?fbclid=IwAR2rj0dItgFZSXPScfwrwdRc2Acx2GTnuXE4gieljSJc9LnlVTMPcz2Qrqk*



أثناء المحاضرة، قضيت الكثير من الوقت لتوضيح أهمية التحدث للأبناء، معظم الآباء يشغلون تفكيرهم دائمًا بأنهم لا يفهمون معظم التكنولوجيا التي يستخدمها أطفالهم، ويستنتجون بعد ذلك أنهم لا يمكنهم فعل الكثير لتعليم أولادهم كيفية استخدام التكنولوجيا بشكل صحيح وآمن.. وهذا استنتاج خاطئ!

فعلى الرغم من حقيقة هذا الأمر وهو أن الآباء لا يفهمون كثيرًا من التطبيقات التكنولوجية التي يستخدمها أطفالهم، إلا إنهم يملكون أقوى أداة لمساعدة أطفالهم لاستخدام التكنولوجيا بشكل آمن.. تلك الأداة هي الحوار الملائم والمستمر.

فالآباء يستطيعون بدء حوارات مناسبة لأعمار أولادهم عما يتعرضون له عبر الشاشات.

## كيف تتحدث لطفلك؟

لنعد إلى حواري مع أنتوني بشأن ابنه ذي الخمس سنوات، على الرغم من أن ابنه صغير جدا لحوار جاد عن الإباحيات، لكن أنتوني لديه فرصة رائعة لإرساء علاقة من الثقة والمصارحة مع ابنه.

أخبرت أنتوني أن يقوم بحوار به أمثلة ملموسة من الواقع في المرة القادمة التي يحاور فيها ابنه.

فمثلًا يقول لابنه: «أنت تعلم أن أباك يمكنه فعل أي شيء لحمايتك، صحيح؟ حسنًا.

إذن تخيل لدقيقة، تخيل أنك في الغابة مع أصدقائك تتمشون في إحدى الطرقات، و حدث شيء مخيف جدًّا، كحيوان ما أو شخص ما ظهر لك وأخافك.. سوف تخبرني بذلك صحيح؟

**أعلم أنك ستفعل ذلك.**

حسنًا، ففي كل مرة تستخدم فيها التابلت، كأنك تذهب تمشي في غابة الإنترنت، والإنترنت سوف يعطينا الكثير من الطرق التي يمكن أن نمشي فيها وذلك عندما نلعب الألعاب و نمرح.. حسنًا ... لو أنا وأمك غير موجودين بجانبك عندما تستخدم التابلت، ثم رأيت شيئًا غريبًا أو مخيفًا ونحن لسنا بجانبك، عدني أنك تخبرنا عن كل شيء، حسنًا؟ لن أكون غاضبًا أبدا لو أخبرتني، تذكر أنني أريد حمايتك!».

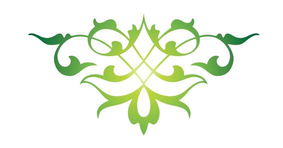
هذه بداية جيدة لطفل عمره خمس سنوات، فهي أمثلة مفهومة ومن الواقع، ويحتاج أنتوني إلى عمل حوارات كهذه متتابعة و بشكل منتظم، حتى يطمئن فهو يسأل ابنه باستمرار، مثل: «ما الحال يا صديقي؟ هل صادفك أي شيء غريب على التابلت مؤخرًا؟ أي شيء جديد؟».



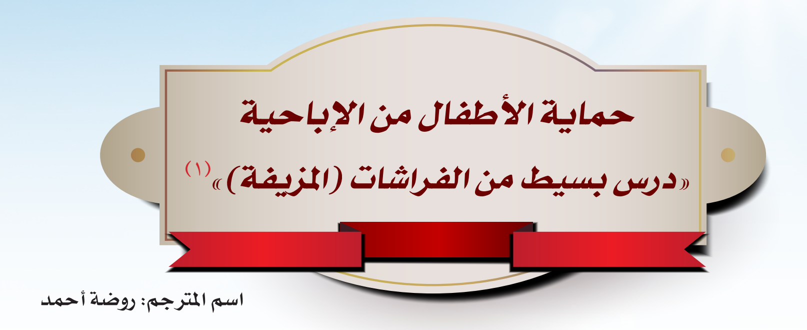
ويمكـن لأنتـوني أن يبني على هذا بعـد ذلك ... أنا أعتقـد أن حوارات مثل تلك تبني ثقة ومصارحة للعائلة، فتجعل الأطفال يعرفون ما سيفعلون إذا رأوا عبر شاشـاتهم شـيئًا غير لائق، أيا كان عمرهم في الخامسـة أو عندما يكبرون.

أيهـا الآبـاء، أنتـم حتما تسـتطيعون أن تفعلـوا مثل ذلك ! كونـوا يقظين ومتفاعلـين وعـلى علم بـما يواجهـه أولادكم، اعرفـوا ما يقـوم أولادكم به، اجلسـوا وانظروا في أعينهم، كلموهم في الحال وبشـكل مسـتمر عما سـوف يتعرضون له خلف شاشاتهم.

إذا قمنا بذلك سنكون قد وقينا أولادنا بشكل كبير من الإباحيات، فقط ابدأوا وستجدون أنكم تستطيعون عمل الكثير لحماية أولادكم.







# حماية الأطفال من الإباحية
## «درس بسيط من الفراشات (المزيفة)»[1]

اسم المترجم: روضة أحمد

**نص المقال:**

لا بد أنك قد سمعت عن الطيور والنحل، ولكن ماذا عن الطيور والفراشات؟

يرغب الآباء في حماية أبنائهم من الإباحية، ولذلك فنحن في *Protect Young Minds* (احموا العقول *https://protectyoungminds.org/* الصغيرة) نبحث دائمًا عن طرق لجعل هذه المهمة أكثر سهولة لحماية عقول الأطفال. ضيفنا هذا الأسبوع هو الكاتب دوجلاس براوننج والذي قد توصل إلى طريقة مبتكرة لتوعية أولاده بأسباب خطورة الإباحية على المخ، فبدأ بتقديم مصطلح جديد في رصيد مصطلحات أولاده وهو (المثير الخرافي).

---

(1) *Browning, D., & Browning, D. (2017). Protect Kids from Porn: A Simple Lesson from (Fake) Butterflies. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2017/11/09/protect-kids-from-porn-fake-butterflies/*





إذا لم يجذب ذلك انتباهك، فمهلًا انتظر! فهو على وشك أن يدعم كلامه بفوزه بجائزة نوبل وغرائز البقاء الحيوانية بعض الحقائق التي فيها متعة ومرح.

## اكتشاف مروع:

في عام ١٩٧٣، فاز (نيكو تنبرجن) بجائزة نوبل لبحث حول سلوك الإنسان والحيوان، فلقد أمضي أكثر من ثلاثين عاما في مشاهدة ووضع الفرضيات واختبارها على أنواع كثيرة من الطيور والحشرات الأسماك، بل وحتى البشر؛ وذلك لرغبته في معرفة كيفية إثارة السلوك الطبيعي بالمحفزات البصرية، وقد اكتشف شيئا قيما بشكل مرعب!

ولفهم ماهية المثير الخرافي، دعونا نعرف أولا المحفزات الطبيعية، وإليك واحدًا منها شائعًا:

تحب بناتي الأربعة الموسيقى كثيرًا. فكلما عُزفت إحدى أغانيهم المفضلة بدءوا بالرقص! وإذا لما يتمكنوا من النهوض والرقص تجدهم يضربون أقدامهم على الأرض على وتيرة إيقاعها، لا بد أنكم تفهمون عما أتحدث، ذلك الدافع المحتم الذي يجعلنا نملأ دنيانا لحنًا وإيقاعًا من الأغنية، ومعظمنا يفعل ذلك، وبالتالي فالموسيقي هي المحفز وحركتنا هي الاستجابة السلوكية.



قم بهذه التجربة الآن! شغل الموسيقي واحسب كم سيستغرق الوقت منك لترغب في النهوض والرقص!

لذلك، فإن المحفز هو أي شيء يحثّ على استجابة سلوكية معينة ... مثل الرقص!

## فهم السلوك الغريزي قد يحمي الأطفال من الإباحية:

إن هذه العلاقة بين المحفز والاستجابة هي شيء طبيعي جدا في مملكة الحيوان بأكملها؛ فهي ما يدفع الحيوانات لفعل الأمور التي تحتاجها من أجل البقاء.

لدي عش لطائر في شرفتي الأمامية، وكل مرتين في الصيف يرحب بخمسة أو ستة من صغار تلك الطيور، ومباشرة بعد أن تفقس بيوضهم يبدأ الأب والأم في صيد الحشرات لإطعام صغارهم، فتراهم يطيرون إلى العش لإطعام فرخ من فراخهم الصغيرة المزقزقة ذات الأفواه المفتوحة، ولكنني أستطيع جعل تلك الفراخ تفعل نفس الشيء (من دون أدنى تربية لتلك الطيور) وذلك ببساطة عن طريق إصدار أصوات صرير خافتة، وفي هذه الحالة في الضوضاء هي المثير الذي سيؤدي إلى استجابة فورية من صغار الطيور.

يستجيب كل من في مملكة الحيوان -بما فيهم البشر- للمثيرات، وبالفعل قد نفعل ذلك في أي وقت، ولكن استجاباتنا غريزية للغاية لذلك فغالبًا لا نلاحظها.



## اكتشاف «المثير الخرافي»:

لم يتمكـن (تنبيرجـن) من اكتشـاف المثـيرات الطبيعية، ولكنـه نجح في توضيح أنه لم تخلق كل المحفزات بصفة متساوية، فتمكن من خلال دراساته من صياغة مصطلحات «المثير الخرافي» و«المثير الطبيعي الخارق».

وجـد أن المثـير الطبيعـي لا يمكنـه مجابهـة المثـير الخـرافي، وأن المثيرات الطبيعية الخارقة أكثر قوة من الأخيرة.

## الشر والزيف يخدعان الحقيقة:

أتتذكـر الطيـور التي في شرفتـي الأمامية؟ الآن، تخيل أننـي أرتدي قناع تزلج أسـود، وبقبضة يـدي الكثير من الديدان المطاطيـة، ثم خلعت حذائي وصعـدت بهـدوء على سـلم إلى عش الطيـور، ثم أصدرت ضوضـاء عالية، فاسـتيقظت الطيور على الفور رافعة رؤوسـها للأعلى بأفـواه جائعة مزقزقة، ثم وضعت دودة مطاطية في فم كل طير وشـاهدته وهو يبتلع الطعام المميت الذي قدمته له.

هذا لن يحدث على شرفتي، ولكن ذلك وارد الحدوث؛ لأن المثير المزيف الضار يمكنه بالفعل أن يسـبب اسـتجابة طبيعية جـدا، فالمفترض أن الطيور لـن تأكل الديدان المطاطية أبدًا، ولكن يمكن للمثير المختلق أن يخدع الفراخ



الصغيرة ويجعلها تأكلها؛ وهذه الديدان المطاطية بالطبع قد تكون ضارة، بل ومميتة بالنسبة لصغار الطيور!

## فهم قوة الخدعة يحمي الأطفال من الإباحية:

ولكن الأمر أسوأ من ذلك بكثير؛ فقد اكتشف تينبرجن أنه يستطيع صنع مثيرات خارقة بصرية والتي ستسبب استجابة أقوى بكثير من الاستجابة الطبيعية الناتجة عن المثير الطبيعي، فقد درس سلوكيات التزاوج عند الفراشات، ووجد أن الألوان والأشكال الموجودة على أجنحة أنثى الفراشة تثير وتجذب ذكر الفراشة للتزاوج معها.

ثم توصل لفكرة مخيفة..

## فراشات ورقية مخيفة:

أخذ صندوقًا ورقيًّا، ورسم فراشة كبيرة عليه، ولونها بعلامات مبالغ فيها وألوان مشبعة للغاية، وقطعها ووضعها على عصا، ثم وضعها بالتحديد في وسط خاص بالفراشات.

وكانت النتيجة أن ذكور الفراشات كانت أكثر انجذابًا وإثارة بهذه الفراشات المزيفة الجديدة؛ لأنها كانت أكبر حجمًا وأكثر إشباعًا بالألوان من الفراشات الحقيقية! حاولت ذكور الفراشات التزاوج مع هذه الفراشات الورقية المزيفة وتجاهلوا تماما إناث الفراشات التي تطير حولهم!



كيـف يمكـن أن يحدث هـذا؟ كيف يكـون هـؤلاء الذكور أغبيـاء لهذه الدرجـة؟ ألم يتمكنوا من معرفة أن هذه الفراشـات مزيفـة وغير حقيقية؟ ألم يدركوا أنهم قد أهدروا كامل طاقتهم على شيء زائف وغير حقيقي؟

و دعونا لا ننسى إناث الفراشـات، حيث تُركوا في محنة شـديدة؛ وذلك لعـدم قدرتهـم عـلى المنافسـة جينيًّا مع الألـوان المشـبعة والتصميم السـاحر للأجنحة والشـكل السـاحر لجسـم تلـك الفراشـة الخارقة». وهكـذا فلقد تأثرت مملكة الفراشـات بأكملها سلبيًّا – سـواء ذكرًا أو أنثى- بمثير خارق شرير واحد!

## حمايــة الأطفــال مــن الإباحية عبــر تعريفهم بأنهــا خدعة بصرية:

يواجـه البشر كميـة هائلة من الخرافات والخدع أكثر من أي وقت مضى، وإليك بعض أخطر صورها وأكثرها إدمانًا:

المقامرة – المخدرات – الإباحية

تشترك جميع هذه الخرافات في كونها غير طبيعية، كما أنها تخلق ردود فعل واستجابات عالية ومبالغ فيها من قبل القائمين عليها، علاوة على ذلك فهي تدمر المجتمع.



إن إدمان الإباحية هو واحد من أقوى المثيرات الخرافية الخارقة للعادة والموجودة في عالمنا، تماما مثل خدع الفراشات الورقية، فهو يخدع مستخدميه بهدف السعي وراء الجنس الزائف والسعادة الوهمية *https://protectyoungminds.org/2017/09/29/-hope-hugh-hefners-legacy-dies/* والقبول المزيف مما يرغمهم على العيش في عالم خيالي مخز ومهين.

إن الإباحية هي عبارة عن مثيرات خارقة خادعة تختطف مجرميها، وكأنها شبكة عنكبوت تجذب ما حولها؛ فبسبب الخصائص الإدمانية القوية للإباحية يقع المزيد والمزيد من البشر كل يوم في هذا الفخ.

إن المدمنين للإباحية في حاجة إلى المساعدة من أشخاص محببين إليهم؛ حتى يتمكنوا من تحرير أنفسهم، ولذلك فهو أمر صعب، فبمجرد التكيف في الاستجابة لهذه المثيرات الخرافية يحتاج المخ لكل من الوقت والإصرار والعزيمة ليعيد تنظيم نفسه؛ ليتمكن من تقبل المثيرات الطبيعية.

إن حماية الأطفال من الإباحية هو جزء من عملي، بصفتي أبًا، وأرغب في مساعدتهم على إدراك ونبذ هذه الخدع المدمرة مبكرًا قبل فوات الأوان وجعلهم يكبرون؛ حتى يشعروا بالحب الحقيقي والعلاقة والارتباط



الحقيقيـين، فحلمـي هو أن يعيشـوا بـدون تحسر ونـدم، وأن يكونـوا أقوياء ويصبوا تركيزهم على ما يهم حقًا في الحياة.

شرح قصة الفراشـات الورقية لهم والتحدث معهم بصراحة عن أضرار الإباحيـة يعطيهـم المزيد من الحمايـة، فبالعلم النافع والعائلـة الجيدة والدعم الإيجـابي يمكنهـم بالفعل تحقيـق كل ما يرغبـون فيه، وبالتـالي أن يحيوا حياة سليمة وصحية بعيدا عن فخ الإباحية.

## هدية مجانية:

من المهم أن نعطي أطفالنا الأمان للتحدث عن أشياء مهمة، لقد أعجبنا بالفعـل كيف جمع دوجلاس هذه المعلومات القيمة المتعلقة بأضرار الإباحية ثم تحويلها لقصة شيقة يستمتع الأطفال بسردها لهم.





# ٣ نصائح لحماية أطفال المدارس من الإباحية[1]

اسم المترجم: نورهان اليماني

**نص المقال:**

هـل تعلـم أن أغلب الصغـار الذيـن يلتحقون بالمدارس غـير مؤهلين؟ ربـما يشـترون ملابس جديـدة فاخـرة، وحقيبة جديـدة لطيفـة، والكثير من المستلزمات المدرسية الجديدة، لكنهم غير مزودين بمُنقٍّ داخلي!

لـذا لا تـدع أطفالـك يذهبون إلى المدرسـة غـير مُحَصَّنِين وغـير مؤهلين لرفض الإباحية، يمكنك الاطلاع على الكتيب المجاني بالأسـفل ليسـاعدك على تحصين أطفالك ليلتحقوا بالمدرسة بأمان!

(1) *Jenson, K., & Jenson, K. (2016). 3 Back to School Secrets for Porn-Immune Kids. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2016/08/25/3-back-school-secrets-porn-immune-kids/?fbclid=IwAR2H4Ftjm59x28wal9TIk4QJgKaMTO6LlIrLzVBBgwIqg8rCIJtaivp1PoA*

في بدايـة هـذا العـام، نـروي حكايـة أم مع بناتهـا الثلاثة الـلاتي تعرضن للإباحية بالمدرسة في الصف الثالث والرابع! والذي يحدث لأغلب الصغار.

نضـع بين أيديكـم حكاية أُرسِـلَت إليَّ عن طفلة بريئـة بمرحلة الروضة والتي ركبت حافلة المدرسة للعودة لمنزلها، اقتربت منها طفلة بالصف الثالث ممسـكة بهاتفهـا الجوال ثم قالـت: «انظري إلى هـذا!» صُدِمَـت الطفلة ذات الخمسة أعوام عندما رأت صورًا إباحية صارخة!

حدث هذا الموقف في حي من الطبقة المتوسطة في بويسي – بولاية آيداهو الأمريكية، لكنه يحدث في كل مكان.

كيف كان رد فعل الفتاة الصغيرة؟ هل سـتخبر والداها؟ أم سـيكون لديها فضول لترى المزيد؟ هذا في الغالب يعتمد على ما تعلمته وعلى إعدادها الجيد.

كما تعد صغارك للذهاب إلى المدرسة، تأكد أن لديهم مُنَقِّيًا داخلي! وهذه ٣ طرق تساعد صغارك على حماية أنفسهم:

### ١. قـل لهم ما هي الإباحية- لا تفتـرض أن الأطفال يعلمون ما هي:

أعلم أنها تبدو من البديهيات، لكن إذا سـمع الأطفال كلمة إباحية، فَهُم لـن يعرفـوا معناها إلا إذا عَرَّفتها لهم، فكر في ذلك، فـإذا لم تتعلم مثلًا ما هو الـ*orthography* من قبل، ستحتاج أن تعرفها، للعلم هو دراسة التهجي!



مـرة توجـه أب مـع ابنـه ذي الثلاثة عـشر عامـا لمحاضرة عـن عواقب الإباحيـة، وأثناء عودتهم للمنزل، التفت الابن وسـأل أباه: «ما هي الإباحية في العمـوم؟» بعـد محاضرة استغرقت حـوالي سـاعة، ذلـك الولـد لم يفهم المقصود.

تقـول د/ مانينج: «علينـا أن نوضح معنى الإباحية ونعلم كيفية التعرف عليها، هذه هي أول خطوة لحماية أنفسنا».

أتحتـاج إلى المسـاعدة في تعريـف الإباحيـة بأسـلوب مناسـب لأطفـال المـدراس؟ لك ذلك! كتيبنا المجـاني يمكن طباعته، يحتـوي على ٣ تعريفات بسـيطة للإباحية مناسـبة للأطفال، هذا سيجعل تعريفها أسهل، ولن تخدش حياء طفلك.

ولمزيـد مـن المسـاعدة، يمكنك الرجـوع إلى كتاب صور جيـدة وأخرى سـيئة، والذي يعطـي الأم والأب تصـورًا عن تعريف الإباحيـة لصغارهـم، بطريقة ثبت أنها مريحة للآباء والصغار.

الإباحيـة خطرة على الصغار، لكنهم لن يعرفـوا ما عليهم رفضه (ولِمَ؟) إذا لم يشرح لهم أحد ذلك.

لا تجعـل طفلـك يذهـب إلى المدرسـة دون أن تسـاعده عـلى معرفة نوع الصور التي عليه أن يبتعد عن رؤيتها.

### ٢. اطلب من طفلك أن يُعلِمك إذا رَأى شيئًا من هذا القبيل:

في الغالب لن يخبر الطفل والديه عما يراه من إباحية، لأسباب عدة، هذا يعني أنه لا بد أن يطلب الآباء من الصغار أن يخبروهم في اليوم ذاته إذا رأوا أشياء من هذا القبيل.

«عندما أرى أنواع الصور التي يواجهها الشباب اليوم عند تعرضهم لأول مرة للإباحية، يرتعد فكري بما كان سيحدث لي إذا كنت قد رأيت أكثر من مجرد رسومات ... مشكلة الإباحية غالبًا تبدأ بفضول بريء عن شيء شوهد أو سُمِعَ - ومن ثم يمكن أن يؤدي بسرعة إلى شهية نحو الانحراف لرؤية أكثر من هذه الرسومات والصور الضارة».

**ملحوظة:** اطلب من أطفالك أن يتريثوا ويسألوك أولًا قبل البحث عن أي مصطلح جديد! ذَكِّرهُم قبل الذهاب للمدرسة أنه يمكنهم أن يسألوك أو يخبروك عن أي شيء يريدونه!

عَلِّم صغارك أنهم حينما يسمعون مصطلحًا جديدًا ويسألونك عنه، ستكون مسرورًا إن أخبرتهم معناه.

يواجه الكثير من الصغار الإباحية؛ لأنهم يبحثون على الإنترنت عن مصطلح جديد سمعوه في المدرسة، بالتأكيد سيكون أمانًا أكثر إن بحثت أنت عن المصطلح على الإنترنت بدلًا منهم!



### ٣. عندما يعود صغارك إلى المنزل اسـألهم عما رأوه على مواقع الإنترنت اليوم:

وذلـك بلا ضغط منك، اجعل فقـط حديثك يتدرج إلى هذا النحو، قل: لعلك شاركت شيئًا ما رأيته أو سمعته على الإنترنت.

«لقد رأيت مقطع فيديو مذهلًا على فيسبوك اليوم، العمة (شيلي) شاركته معي. لا بد أنك تريد رؤيته، ماذا شاهدت على الإنترنت اليوم؟».

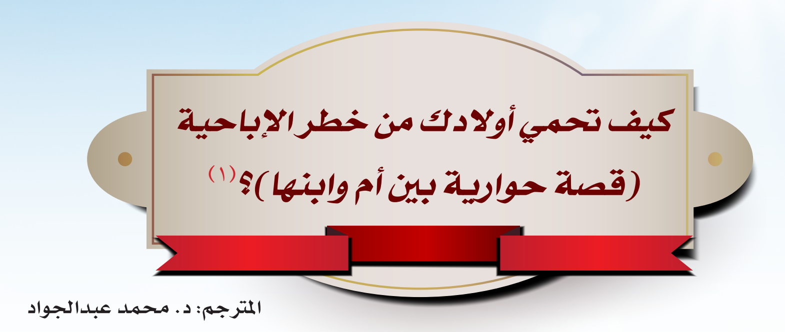
اليوم حياة الأطفال الحقيقية والحياة الافتراضية غير منفصلين، فهم الآن مندمجون في عالم واحد، في الغالب هو عالم مُربِك.

مـن الجيـد أن تعلـم أن الأطفـال الصغار لا زالـوا يتعلمون سبر أغوار عالمهم؛ لأنهم لم يعرفوا بعد قواعد اللعبة كاملة، هم لا يعرفون كيفية التعامل مع المواقف الجديدة الكثيرة التي يواجهونها عند ذهابهم إلى المدرسة، وخاصة المتعلقة بالإنترنت والتي تحيرهم وتزعجهم ومن المحتمل أن تكون خطرة.

لذلك أعِدَّهُم وذَكِّرهم أنهم يمكنهم سؤالك عن أي شيء، وعليهم أن يخبروك بما يحيرهم أو يزعجهم. أو يثير فضولهم.

كـما تُعِد صغـارك للذهاب إلى المدرسـة، تأكد أنك زودتهـم بمُنَقٍّ داخلي لمساعدتهم على رفض الإباحية.





# كيف تحمي أولادك من خطر الإباحية (قصة حوارية بين أم وابنها)؟[١]

المترجم: د. محمد عبدالجواد

**نص المقال:**

## الفصل الأول: ما هي الإباحية؟

يوم الجمعة بعد الظهر، جلست أمي على الأريكة، وقلبت في كومة من ألبوم الصور.

أحببت أن أنظر في صور رحلات الصيف الماضي على الشاطئ وفي صور زفاف خالي الخريف الماضي.

وبعدما انتهينا، لاحظت نظرة مخيفة على وجه أمي.

حيث قالت: «هناك شيء أود أن أتحدث معك عنه».

«ألبوم صورنا مليء بالصور الجيدة والتي تذكرنا بأهمية عائلتنا وأصدقائنا، ولكن هل تعلم أن هناك صورًا سيئة أيضًا؟».

(1) *Good Pictures Bad Pictures. (2017). Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/good-pictures-bad-pictures/*



هززت رأسي: «ماذا تعنين يا أمي بالصور السيئة؟».

أغلقت أمي الألبوم ونظرت إليَّ: «الصور السيئة التي أتحدث عنها تسمى الإباحية».

سألتها: «ما هي الإ باحيـة؟».

فقالت: «الإباحية تعني الصور، والفيديوهات، وحتى الكرتون لأناس بملابس قليلة أو حتى بدون ملابس». «هل رأيت صورًا مثل هذه من قبل؟».

فكرت في هذا وتذكرت أنني رأيت شيئًا من هذا القبيل.

«رأيت مرة صورة لامرأة ورجل عراة في كتاب العلوم في المكتبة، كل أجزاء جسمهم كانت مكتوب عليها ومعلمة.

هل هذه إباحية؟».

ابتسمت أمي: «لا، هناك فرق بين الرسم في كتاب العلوم والإباحية».

فتحت أمي ألبوم الصور وأشارت إلى صور لي ولأبناء خالي ونحن على الشاطئ.

«الإباحية تظهر أجزاء من الجسم أنتم تغطوها ببدلة السباحة».

وللحظة أمي توقفت لتفكر.

«معظم الأطفال الذين يرون الإباحية يعرفون فورًا عند مشاهدتها أنها شيء خطأ، بعض الأطفال يقولون أنها تجعلهم يشعرون بالاضطراب أو حتى التعب في معدتهم».



فتساءلت: «إذًا لماذا الأطفال ينظرون إليها؟».

«الإباحية خادعة؛ لأنها تشعر جسمك بالإثارة، في الحقيقة الإباحية تخدع الدماغ بإفراز جرعة كبيرة من المواد الكيميائية والتي تجعل جسدك يشعر بأنه على نحو جيد لمدة قصيرة، لكن خداع الدماغ يمكنه أن يؤدي حالًا إلى مشاكل كبيرة».

طرقت أمي على مقدمة دماغي بأصبعها.

«المشكلة أن الإباحية يمكنها أن تؤذي دماغك النامي، انظر كيف أن الإباحية خطرة».

«أمي، لو هي خطيرة جدًّا كيف للأطفال أن يجدوها؟».

«الكثير من الأطفال يرونها بالصدفة على الحاسوب، الهواتف، أو الأجهزة الأخرى. أحيانًا بعض الأطفال يرونها عن طريق أشخاص آخرين كالأصدقاء او أفراد من العائلة. هل هذا حدث لك؟

هززت رأسي: «لا».

«أنا سعيدة. لو حدث لك هذا،هل ستأتي إليّ وتخبرني؟ أعدك ألا يسبب لك هذا متاعب، لأنه حقا مهم لي أن أعرف كي أحميك».

«بالتأكيد، أمي ..... لكنني لم أفهم بعد لماذا أي شخص يود أن يرى الإباحية؟».

أمي فكرت لثواني.

«إنـه من الطبيعـي أن يكون الأطفال فضوليين، وبعـض الأطفال لديهم الفضـول تجاه الإباحية، بالنسـبة للكثير من الأطفـال إرادتهم لرؤية الإباحية تشـبه انجذابهم لمغناطيس ضخم، بعد مشاهدتهم فقط صورة إباحية واحدة أدمغتهم تنخدع وتريدهم بعد ذلك أن يروا المزيد والمزيد».

أمي وضعت يديها على كتفي ونظرت في عيني.

«جـزء من وظيفتـي أن أحذرك من خطـر الإباحية، علمتـك أن ترتدي الخـوذة حينما تركب الدراجة لكي تحمي دماغـك من الخارج، لكن الإباحية تتـسرب إلى دماغـك مـن الداخـل وتؤذيه، هل تريـد أن تحمـي دماغك من الداخل أيضًا؟».

«أنا أريد ذلك، لكن كيف يمكن للإباحية أن تؤذي دماغي؟».

«الإباحيـة تـؤذي دماغك بطريقتـين على الأقل، أولهـا: أنها تكذب على دماغك في كيفية وطريقة أن يعامل إنسـان إنسانًا آخر، فأحيانًا تظهر الرجال وهم يعاملون النساء بفظاظة أو حتى يؤذونهن، ويظهرونهن على أنهن للتسلية والمرح. هل تعتقد أن إيذاء الآخرين تعتبر طريقة جيدة للمرح؟».

فقلت: «لا، طبعًا».

ابتسمت أمي ووضعت ذراعها حول كتفيَّ.

«لكـن هـذا ليـس كل شيء، الإباحيـة يمكنهـا أن تـؤذي دماغـك؛ لأن مشاهدتها يمكنها أن تصبح إدمانا خطيرا، أريد أن أخبرك أكثر عن الإدمان، وبهذا يمكنك أن تحمي نفسك».



### ما الذي تعلمته؟

الإباحية هي الصور المؤذية لأناس بدون ملابس أو بقليل من الملابس، النظر إليها من الممكن أن يسبب مشاعر معاكسة في نفس الوقت، مشاهدة الإباحية خطرة؛ لأنه بإمكانها أن تخدع الدماغ فتدفعه لأن يرى المزيد من الصور، والذي قد يتحول إلى إدمان.

## الفصل الثاني: ما هو الإدمان؟

أمي سألتني: هل تعرف ما هو الإدمان؟

أنا أشرت إلى براوني ساندي على غلاف مجلة أمي: «خالتي سوزان تقول أنها مدمنة شيكولاته» قلت ذلك وأنا أبتسم.

أمي ابتسمت: «بعض الناس يتفكهون بالإدمان، لكن الإدمان الحقيقي مشكلة خطيرة جدًّا».

الناس الذين يستولي عليهم الإدمان يسمون مدمنين.

قطبت أمي حاجبيها للحظة، ثم فكرت لدقيقة.

«الإدمان يشبه العادة القوية التي تكون بالقوة التي يشعر الشخص أنه لا يستطيع أن يقلع عنها حتى عندما يحاول بقوة حقيقة أن يوقفها، إنه يبدو مثل فخ أو مصيدة لا يستطيع الهروب منها»

«أنا أتذكر جدتي التي كانت تدخن، هل كانت مدمنة؟».



«نعـم، كانـت مدمنة، إن هذا الأمر قد اسـتغرق سـنوات كـي تقلع عن التدخـين، أعضاء آخرون من عائلتي عانوا مـع الإدمان على الكحوليات أو الأنـواع الأخرى من المخدرات. نـاس آخرون بإمكانهم أن يصبحوا مدمنين على سلوكيات مثل القمار أو مشاهدة الإباحية».

«واو، الناس من الممكن أن يدمنوا مشاهدة الصور السيئة؟».

«إنها حقيقة، البعض يصبحون مدمنين بسـهولة أكثر من غيرهم، لكنك لا يمكن أن تريد أن تصبح مدمنًا على شيء، لو أردت ذلك».

«لماذا؟ ماذا يحدث؟».

«معظـم المدمنـين يختارون خيـارات مخيفة والتـي تنتهي بهـم لأن يؤذوا أنفسهم والذين يحبونهم، هم غالبا يكذبون كي يخفوا إدمانهم عن أصدقائهم وعائلاتهـم، ويصبحـون مدمنين أكثـر وأكثر، بإمكانهم ان يفقـدوا اهتمامهم بأصدقائهم ومدرستهم وحتى لحظات المرح والترفيه».

أمـي تنهـدت: «في الحقيقـة، حتـى مع مسـاعدة الطبيب، معظـم الناس يجدون صعوبة في التعافي من الإدمان».

«لماذا يكون التعافي صعبًا؟ ألا أستطيع التوقف إذا أردت ذلك؟».

«ليس هذا سهلًا، وكل هذا بسبب أننا نملك دماغين».

«انتظري – هل أنا أملك دماغين؟».



ضحكت أمي ضحكة مكتومة: «واقعيًّا لديك دماغ واحد، لكن يوجد جزءان رئيسيان في دماغك والذين يشاركان في الإدمان، يمكننا أن نسميهما الدماغ العاطفي والدماغ الفكري، علمك بهذين الدماغين يمكنه أن يساعدك في الحماية من الإدمان».

**ما الذي تعلمته؟**

الإدمان يشبه الوقوع في فخ عادة سيئة جدا، المدمنون يتخذون خيارات سيئة جدًّا ويكذبون؛ لكي يخفوا إدمانهم، الإدمان ينطوي على جزءين من الدماغ: العاطفي والفكري.

## الفصل الثالث: دماغي العاطفي:

أمي نهضت وأحضرت كتابًا من على رف الكتب، وقلبت بأصابعها الصفحات حتى وصلت إلى صورة للدماغ البشري. ثم جلسنا على منضدة المطبخ وبدأنا ننظر فيه.

أمي أشارت إلى الصورة: «دماغك العاطفي يقع هنا في المركز، فهو يتكون من عدة أجزاء والتي تعمل تلقائيًا لكي تحفظنا أحياء، على سبيل المثال، حينما تذهب لتلعب في طقس حار جدًّا، ماذا يحدث؟».

«سأعرق».

«صحيح، هذا هو دماغك العاطفي الذي أرسل رسالة إلى جسمك؛ كي يساعد في خفض درجة الحرارة».



ثـم سـألتني: «وماذا عن ذهابـك للخارج في وقت يكون الجـو فيه باردًا بدون أن ترتدي سترة أو جاكيت؟».

«سأبدأ في الارتجاف والشعور بالقشعريرة».

«بالضبـط، هـذا هـو دماغك العاطفي الذي أرسـل رسـالة كي يسـاعد جسمك لكي ترتفع درجة حرارته».

«دماغـك العاطفي مسـؤول أيضًا عن الغرائز التـي تبقينا أحياء على قيد الحيـاة، على سـبيل المثـال، الدمـاغ العاطفي يجعلنا نشـعر بالجـوع والعطش ولذلـك أنت تريد أن تأكل وتشرب بما يكفيك، بالإضافة إلى أنه يملك نظام مكافأة خاص، هو الذي يمنحنا الشعور باللذة والمتعة بعد فعل الأشياء، مثل الأكل الذي يساعدك على أن تبقى حيًّا. مكافأتك بالمتعة لفعل الأشياء المهمة هي جزء كبير من وظيفة الدماغ العاطفي».

«هذا يفسر لماذا أنا أحب الآيس كريم».

أمـي تبسـمت: «دماغك العاطفي مهـم لحياتك، ولكنـه أيضًا يحتاج إلى مساعدتك».

فتساءلتُ: «لماذا؟».

«لأن دماغـك العاطفـي لا يعرف الصواب من الخطـأ. إن هذا مثل قتل الفهد للغزالة، الفهود تقتل الغزلان لكي تأكل، إنه ليس موضوع صواب أو خطأ، إنها مسألة البقاء على قيد الحياة، فهي تقتلها لأنها جائعة».



أمي شرحت لي: «لكن البشر مختلفون عن الحيوانات». «البشر لديهم القدرة على التفكير فيما يفعلونه، بدلًا من أن يخضعوا دائمًا لمشاعرهم».

فضحكتُ وقلتُ: «لذلك فإن الدماغ الفكري مثل الأم التي تخبر طفلها بأن يتوقف عن أكل الكثير من الآيس كريم».

ضحكت أمي وقالت: «بالضبط!».

### ما الذي تعلمته؟

دماغي العاطفي مسؤول عن بقاء جسمي حيًّا، إنه يجعلني أشعر بالجوع، والعطش وإبقاء جسمي في درجة حرارة طبيعية. دماغي العاطفي يجعلني أريد ما أعتقد أنني أحتاجه، وبعد ذلك يكافئني بمشاعر اللذة؛ كي أكرر هذه الأفعال، لكن لديه نقطة ضعف كبيرة: إنه لا يعرف الصواب من الخطأ.

## الفصل الرابع: دماغي الفكري:

أمي طرقت على مقدمة رأسي بإصبعها.

وقالت: «هذا الجزء من دماغك، نعم هنا في المقدمة، إنه دماغك الفكري، إنه يساعدك في حل المشكلات، مثل واجب الرياضيات أو رسم قلعة. دماغك الفكري بإمكانه عمل خطط والتحكم الذاتي، مثل تعلم الخطأ والصواب، إنه يستطيع أن يتعلم أن يأخذ خيارات صحيحة؛ لأنه يتذكر توابع الخيارات السيئة، دماغك الفكري بإمكانه أن يساعدك أن تتوقف وتفكر وتتخذ القرارات السليمة».



أمي أشارت إلى رسم الدماغ الفكري.

ثم سـألتني: «هل تستطيع أن تفكر في شيء دماغك الفكري يساعدك في عمله؟».

أنا فكرت بقوة.

«حسنًا، أنا تعلمت ألا أضرب أخي حينما أغضب منه».

أمي ابتسمت:

«حسـنًا. أنت تستطيع أن تتحكم في غضبك؛ لأن دماغك الفكري تعلم أن يتوقف ويتذكر التوابع السيئة لضربك لأخيك».

«هل يمكن لدماغي الفكري أن يحميني من الإدمان؟».

«نعـم، في كل وقت تقـرر فيه أن تتخذ قرارًا صائبًا، فإن دماغك الفكري يصبـح أقوى، ولذلك فإنه يسـتطيع أن يحميك من أشـياء مثـل الإدمان، إنه غالبا مثل تدريب العضلة – كلما دربتها أكثر، صارت أقوى».

فـردت ذراعـي: «لم يكـن لـدي فكـرة أن دماغـي يمكن أن يقـوى مثل العضلة!».

أمي اقتربت مني واحتضنتني: «نعم، ستصبح أقوى كلما اتخذت قرارات صحيحة».



### ما الذي تعلمته؟

دماغي الفكري يساعدني في حل المشكلات، واستخدام التحكم الذاتي، واتخاذ الخيارات الفطنة بين الخطأ والصواب، وبتدريب دماغي يمكنني أن أجعله أقوى.

## الفصل الخامس: دماغيَّ الاثنان يعملان سويًا:

أمي وقفت، وتمشينا حتى النافذة التي تطل على شارعنا:

«أنا سأعطيك مثالًا؛ كي أريك كيف أن الدماغين يعملان سويًا، دعنا نفترض أن الجو حار جدًّا بعد الظهر وأنت جوعان، وعربة الآيس كريم على الجانب الآخر من الشارع».

رفعت أمي قبضة يدها اليسرى.

«هنا دماغي العاطفي، إنه يريد أن يأكل، لذلك إنه يقول: «حسنًا الآن، اذهب لتشتري الآيس كريم»».

رفعت أمي قبضة يدها اليمنى: «لكن دماغك الفكري يقول: «توقف! انظر إلى السيارات أولًا!»».

أمي جمعت يديها معًا، حيث غطت يدها اليمنى بيدها اليسرى:

«عندما يتحمل دماغك الفكري المسؤولية، دماغاك يستطيعان أن يعملا سويًّا كي يحمياك ويساعداك كي تحصل على ما تريد، لكن ماذا تعتقد أن

يحدث لو أن الإدمان أضعف دماغك الفكري؟ فإن دماغك العاطفي يتولى اتخاذ كل القرارات».

فكرت لدقيقة:

«حسنًا، ربما جريت عبر الشارع وصدمتني سيارة.... لأنني لم أفكر أن أنظر إلى كلا الطريقين».

«صحيح. بدون دماغك الفكري دماغك العاطفي يود أن يفعل ما يريده، حتى وإن كان هذا الفعل غير آمن لك؛ لذلك أي دماغ تريد أن يبقى هو المسؤول؟».

«دماغي الفكري!».

أومأت أمي برأسها: «بالضبط».

أنا ضحكت: «أمي، كل كلامنا حول الآيس كريم جعل دماغينا العاطفي والفكري يريدان البعض منه!»

أمي ابتسمت: «ما رأيك بعد العشاء؟ تستطيع أن تساعدني في تجهيزه، وسوف نتحدث حول الحفاظ على أدمغتنا آمنة من الإدمان والإباحية».

أنا أريد بعض الآيس كريم حقًّا الآن، لكنني استخدمت دماغي الفكري؛ كي يساعدني أن أنتظر حتى أنتهي من العشاء.



### ما الذي تعلمته؟

كلا الدماغين العاطفي والفكري هامان، لكن وخلال فترة نموي أنا بحاجة إلى أن أكون متأكدا من أن دماغي الفكري هو المسؤول؛ لأن دماغي العاطفي لا يكف عن التفكير قبل الفعل، أستطيع أن أبقى آمنا بالإبقاء على دماغي الفكري مسؤولًا.

## الفصل السادس: مركز الانجذاب بدماغي:

بعدما انتهينا من تناول طعام العشاء جلسنا لنأكل الآيس كريم على منضدة المطبخ، بعد أن انتهيت من آخر ملعقة، أمي سألتني: «هل تعرف أن بعض الناس يرون أن إدمان الإباحية أصعب في التغلب عليها من إدمان المخدرات؟».

«حقًّا؟ لماذا؟».

«سبب واحد هو لأن الإباحية تشغل وتشعل واحدًا من أكثر الأجزاء قوة في الدماغ العاطفي، يسمى مركز الانجذاب».

«مركز الانجذاب؟».

فتحت أمي الكتاب مرة أخرى وأشارت إلى جزء من رسم الدماغ:

«كل واحد لديه مركز الانجذاب هذا، هو جزء من الدماغ العاطفي، وهو طبيعيًّا متوقف عن العمل في الأطفال الصغار؛ حتى يصبحوا كبارًا.



مركز الانجذاب يخلق مشاعر الإثارة والسعادة التي تجعل الناس يقعون في الحب، إنه يجعلهم يريدون أن يبقى كل واحد منهما قريب من الآخر».

أدرت عيناي: «إذا لماذا هذا مهم جدًّا؟».

داعبت أمي شعري.

«بدون مركز الانجذاب، الآباء والأمهات لن ينجذبوا لبعضهم البعض أو لن يتزوجوا، وإن لم يقعوا في الحب لن يتزوجوا ولن ينجبوا الأولاد، وبالتالي لن يستمر الجنس البشري في البقاء... والذي يعني أنه من الممكن ألا نكون موجودين هنا اليوم!».

ابتسمت ابتسامة عريضة: «حسنًا، أنا أعتقد أن ذلك مهم».

«إنه أيضًا مهم؛ كي نفهم أن الإباحية تخدع الناس بأن يصدقوا الأكاذيب».

«ما أنواع تلك الأكاذيب؟».

«مشاهدة الإباحية تستطيع أن تؤدي بك إلى أن تعتقد أن الناس أشياء تُستخدم بدلًا من كونهم بشرًا لهم مشاعر وأحاسيس، نحن نعرف أن أي شخص له مشاعر ويريد أن يُعامل باحترام وألفة، وبهذا فإن الإباحية تكذب على الناس الذين يشاهدونها».

«لكن ألا يعرف الناس أن تلك الصور ليست حقيقية؟ كيف يمكن لمجرد تمثيل أن يؤذي أناسًا يشاهدوه؟».

«سؤال جيد. مركز الانجذاب صُمِمَ كي يجذب الناس الحقيقيين معًا، لكنه لا يستطيع أن يفرق بين الصورة والشخص الحقيقي، مشاهدة الإباحية تخدع الدماغ عن طريق تشغيل مشاعر قوية جدا والتي يصعب السيطرة عليها والتحكم بها، خاصة للأطفال، والتي تصبح مشكلة كبيرة».

أمي أحضرت سيارة السباق لعبة أخي من على الأرض: «افترض أن سيارة السباق هذه حقيقية، دواسة البنزين مثل مركز الانجذاب، الكابح مثل الدماغ الفكري، ماذا يحدث لو أنت دست على دواسة البنزين إلى أقصى درجة والكابح لم يكن يعمل؟».

«سوف أصطدم وأُصاب».

«حقًّا. الإباحية خطيرة لأن مشاهدتها تضع الدماغ العاطفي ومركز الانجذاب في موقع المسؤولية ويبدآن في قيادتك، الدماغ الفكري يحتاج الكثير من الوقت كي يصبح قويًّا بالدرجة التي يستطيع أن يكون قادرًا على الكبح؛ كي يتحكم في ذلك النوع من المشاعر، وهذا يؤدي إلى نمو الإدمان خارج السيطرة».

ناولتني أمي سيارة السباق: «ماذا ستفعل لو أنك رأيت بعض الصور السيئة؟».

«سوف أبقي دماغي الفكري مسؤولًا بعدم جعله يشاهد الإباحية».

أمي ابتسـمت مرة أخرى ووضعت يديها حول كتفـي: «أنا فخورة جدًّا لاتخاذك القرارات الصحيحة!».

### ما الذي تعلمته؟

مركـز الانجـذاب هو جزء من الدمـاغ العاطفي، إنه قـوي جدا؛ لأنه له وظيفـة مهمة جدًّا لأنـه يحضر الآباء والأمهـات معًا كي يكونـوا العائلات، لكن الإباحية تستطيع أن تخدع مركز الانجذاب وتشغله مبكرًا جدًّا، قبل أن يملك الدماغ الفكري الكابحات؛ كي يتحكم فيه ويسـيطر عليه، هذا يشرح لماذا أنا أحتاج أن أبقى بعيدًا عن الصور السيئة.

## الفصل السابع: كيف توقع الإباحية الدماغ في الإدمان؟

أنا وأمي تحركنا من المنضدة وبدأنا نعمل سويا لنغسل الأطباق.

أمـي سـألتني: «هـل تعتقد أن الطفـل من الممكـن أن يكـون مدمنا بعد مشاهدته لصورة سيئة واحدة؟».

«معظـم الأولاد لا يتحولـون لمدمـنين، لكـن بعـض الأطفـال الذيـن لم يتجهزوا ربما يتم اصطيادهم سريعًا جدًّا».

«كيف يحدث ذلك سريعًا هكذا؟».

«سـأحاول أن أشرح لك. الإباحية تخدع الدماغ بإفراز جرعة كبيرة جدًّا مـن المواد الكيميائية والتي تجعل الشـخص المشـاهد لها يشـعر بأنه على نحو



جيـد، عـلى الأقل لبرهة من الوقت، الشيء المخيف حـول إدمان الإباحية أن الدماغ يتخذها مخدرًا له!».

«حقًّا؟».

«نعـم. الكثير مـن العلماء الآن يعتقـدون أن النظـر إلى الإباحية بإمكانها أن تؤثـر على الدماغ بنفس الطريقة التي تحدثها المخدرات القوية، استخدام الإباحية ربما أيضًا يسبب انكماشًا في جزء من الدماغ!».

«هذا مخيف!».

«صحيـح! أنت قـد لا تتمكن مـن أن تجريـب المخدرات غـير القانونية والمؤذيـة، لكـن في بعـض الحـالات الإباحية تكـون أخطر، فعـلى الرغم من أنـه من الصعب جـدًا التغلب على إدمان المخـدرات، إلا إنه على الأقل يقوم الجسم بالتخلص من المخدرات في أيام قليلة، وبخلاف المخدرات في الجسم، فإن الدماغ لا يسـتطيع التخلص من الإباحيـة، فبمجرد أن ترى هذه الصور الصادمة فستكون هناك دائمًا كي تتذكرهم».

«هذا ليس مقبولًا!».

«لا ليس كذلك، لكن بمجرد أن الشـخص بـدأ يهتم بالنظر إلى الإباحية فـإن مركـز الانجذاب ينتج حاجة شـديدة مكثفة للبحث عـن صور جديدة سـيئة، التوق الشـديد هي رغبة قوية لشيء ما والتي تعني أنك تريدها، ومن الصعب أن تفكر في أي شيء آخر غيرها».



«إذا فإن مركز الانجذاب يريد أن يرى المزيد من الإباحية؟ لماذا؟».

«لأن الدماغ يصيبه الملل من الصور والمشاهد القديمة ويثار بالجديدة، هل تتذكر آخر مرة أُثِرْتَ فيها بشيء جديد؟».

«هذا سهل! سيارتي ذات الريموت كونترول التي اشتريتها للتو، لقد ظللت وقتًا طويلًا أوفر ثمنها حتى أشتريها!».

أمي قالت مبتسمة: «مثال جيد!».

«الآن، هل تتذكر متى أصبح شيء ما لديك مملًا؟».

أنا ذكرت لأمي لعبتي التي اشتريتها العام الماضي، كنت أحلم بها أسابيع قبل عيد ميلادي، لكنني الآن غالبا لا ألعب بها مطلقًا.

هزت أمي رأسها بالموافقة وقالت: «إنه نفس الشيء مع الإباحية، عندما تصبح الصور مملة، الناس يبحثون عن المزيد من الصور والمشاهد الصادمة؛ لكي يشعروا بنفس مستوى الإثارة الذي شعروا به في البداية، البحث وإيجاد المزيد من الأشكال الجديدة والمختلفة من الإباحية هو الذي يغذي الإباحية».

«واو! أنا لا أريد أن يحدث لي أي إدمان!».

«ولا أنا أبدًا، المشكلة أن مشاهدة الإباحية تخلق شعورا بالإثارة في جسمك سريعا جدا، حتى قبل أن تتحول بعيدًا، إن هذا الأمر يأخذ أقل

من نصف ثانية، ومشاهدة حتى صورة واحدة من الممكن أن تؤدي بالطفل إلى أن يصبح فضوليًّا جدًّا تجاه الإباحية، الشيء الصحيح هو أن بإمكانك أن تختار أن تضع الفرامل أو الكابحات على مشاعر الإثارة تلك وهذا الفضول قبل أن تنمو وتتحول إلى الإدمان».

«كيف؟».

«سؤال رائع!» أمي طرقت على مقدمة دماغي. «دماغك الفكري يمكنه فعل ذلك – إنه فقط يحتاج إلى خطة!».

**ما الذي تعلمته؟**

ذكريات الإباحية من الممكن أن تسبب رغبة وحاجة شديدة لرؤية الصور والفيديوهات الإباحية، لكن الدماغ يمكنه أن يمل سريعًا. يبدأ الإدمان حينما يبحث الناس عن إباحية جديدة وأكثر تشددًا.

الإباحية بدورها تجعل مركز الانجذاب مثارًا؛ كي تتجنب الإدمان، الدماغ الفكري يحتاج خطة.

## الفصل الثامن: دماغي الفكري يستطيع عمل خطة!

أمي قالت: إنه يجب علي أن أعمل أقصى ما بوسعي؛ كي أبقى بعيدا عن الإباحية، لكن لو أنني تعرضت للإباحية فهذا ما يمكنني أن أفعله وقتها.

- أغمض عيناي.



- دائمًا أخبر شخصًا ثقة.
- أسميها حين أراها.
- أشغل نفسي بشيء آخر مختلف.
- أعطي أمري لدماغي الفكري؛ كي يكون هو المسؤول.

**١- أغمض عينيك فورًا:**

قضاء ثوانٍ فقط أمام الصور السيئة، وكلما أطلت النظر، فإن ذكريات الإباحية ستكون أقوى. وبعد أن أغلق عيناي، أستطيع أن أتحول بعيدًا. لو أنا كنت على الإنترنت أستطيع أن أغلق شاشة الكمبيوتر سريعًا دون النظر فيها. إغلاق الشاشة أفضل من محاولتك لإغلاق الموقع الإلكتروني.

**٢- دائمًا أخبر شخصًا ثقة:**

الاحتفاظ بسرية الإباحية ليست أبدًا فكرة جيدة، أمي تقول أن: الصورة السيئة ربما تؤذيني وتهيجني حقًّا أكثر لو أنا احتفظت بها لنفسي، لو كان من الصعب التحدث عنها، أستطيع أن أترك ملحوظة. بهذه الطريقة يمكن لأمي أو أبي أن يجدا الوقت كي يمكنهم التحدث.

ولو أنا في مكان حيث أراني شخص ما إباحية، أستطيع أن أستخدم جملة كرمز سري (مثل «معدتي تشعر بشيء غريب») كي أنبه أمي أو أبي؛ كي يأتوا ويأخذونني.



### ٣- سمِّها حين تراها:

قلها بهدوء، لكن بصوت مسموع: «هذه إباحية!» في أي وقت أنا أرى فيه صورة إباحية، تسميتها يساعد دماغك الفكري كي يعرف ما هذا ويرفضه.

عائلتنا قررت أن يساعد كل فرد فيها الآخر، حتى لو كنا بالخارج في مكان عام، نستطيع أن نهمس لبعضنا البعض: «هذه إباحية».

### ٤- أشغل نفسي بشيء آخر مختلف:

أصرف انتباهي إلى شيء آخر إيجابي مختلف، شيق، أو يتطلب مجهودًا عضليًا، حين تهيجني صورة، أستطيع أن أصرف انتباهي بعمل شيء آخر عملي: مثل ركوب الدراجة أو الخروج مع صديقي أو ألعب لعبة مرحة معه.

أمي أخبرتني أن: بعض الأطفال يلقون شعرًا محفزًا أو ينشدون أنشودة جميلة، ولو اتبعوا التقاليد الدينية فإنهم يصلون كي يبتعدوا عن الإباحية.

أستطيع أن أدرب دماغي الفكري؛ كي يركز على شيء مختلف وقتما تظهر صورة سيئة في أفكاري، أستطيع أن أغير انتباهي لشيء آخر.

بالممارسة هذه الصور السيئة سوف يقل تأثيرها المهيج لي شيئًا فشيئًا.

### ٥- أعطِ أمرك لدماغك الفكري كي يكون هو المسؤول:

أستطيع أن أقرر وللأبد ألا أنظر إلى الإباحية مرة أخرى، حتى ولو تعرضت لها، الطريقة الصحيحة كي أعطي الأمر لدماغي الفكري كي يكون المسؤول هو بجعله يتحدث إلى دماغي العاطفي.



«الدماغ العاطفي، أنت ربما لديك الفضول كي ترى المزيد من الصور السيئة، لكن بإمكاني اختيار دماغي الفكري؛ كي أبقى حرًّا بعيدًا عن الإباحية».

أستطيع أن أفعل ذلك! أنا أستطيع أن أجعل دماغي الفكري قويا بأن أقرر ألا أشاهد الإباحية، وبأن أتعلم كيف أتحكم في أفكاري.

## الفصل التاسع: أستطيع أن أهرب من الإباحية:

في اليوم التالي بعد العشاء، أنا وأبي أسرعنا إلى الكراج لإصلاح دراجتي.

«كيف حالك؟ أنا سمعت أنك ووالدتك كنتما تتحدثان أمس عن الصور السيئة».

«إنها تُسمى الإباحية، يا أبي».

ابتسم أبي: «حسنًا. أمك على حق – الإباحية سيئة على الدماغ».

أبي أحضر المفك وبدأنا في إصلاح دراجتي، وبعد ما انتهينا من تركيب كرسي جديد وأيدي جديدة للدراجة ؛ ظهرت وكأنها دراجة جديدة!

«شكرًا أبي، تبدو قيمة جدًّا!».

أخذت الدراجة وركبتها ثم عدت مرة أخرى ووضعتها في الكراج، وبعد أن أعدنا أدواتنا إلى مكانها مرة أخرى، أخرج أبي علبة من صندوق وأراه لي.

سألني: «هل تعرف ما هذا؟».

نظرت إليه: «أليس هذا سم؟».

«نعم، إنه كذلك. قطع الطُعم طعمها لذيذ جدا للفئران، ويخطئون ويظنون أنها طعام، لكن بعد قليل من القضمات، السم يبدأ في قتلهم».

أبي أعاد علبة السم إلى الصندوق مرة أخرى وأغلق عليها.

«الإباحية تشبه كثيرًاهذا الطُعم السام، في الحقيقة، الناس الذين يبيعون الإباحية يضعونها على الإنترنت والتليفزيون والأغاني وفي المجلات؛ كي يحاولوا خداعك. في البداية، قد تبدو لك الإباحية أنها فكرة جيدة لأن بإمكانها أن تثير جسدك، لكن عاجلًا وأسرع مما تتخيل، تستطيع أن تدمر دماغك وبقوة مثل السم».

«أمي قالت: لو أنا شاهدت الصور السيئة في أي وقت أحتاج أن أقول: «هذه إباحية!» وبعدها أبتعد عنها سريعًا».

«هذا صحيح، لو الفئران استطاعت أن تقول، هذا سم!، وبعدها ابتعدت عنها، هل تعتقد أن بإمكان السم أن يؤذيها؟».

«لا، لا أعتقد هذا».

«لو أنت اعترفت أن الإباحية هي طُعم سام ينتظرك هناك وبقيت بعيدًا عنها فسوف تكون قادرًا على أن تحتفظ بدماغك آمنًا».



أبي أعطاني حضنًا كبيرًا.

«تذكر كلامي: لو أنك اتخذت قرارات صحيحة اليوم ...» «فإن أشياء جيدة سوف تحدث في الغد!»

فضحكنا سويًّا، فلقد سمعت أبي يقول هذا ألف مرة.

«أي وقت تريد أن تتحدث فيه فأنا هنا من أجلك، حسنًا؟».

«شكرًا أبي».

فتحت أمي باب الكراج وابتسمت: «مرحبًا، دعوني ألتقط صورة لكما مع آخر مشروع لكما».

كاميرا أمي أضاءت والتقطت الصورة.

أبي فتح باب المطبخ لنا، وأطفأ نور الكراج.

«تعالَ هنا، لا أعرف ماذا تريد، لكنني جاهز لتناول الحلويات».

جلسنا على طاولة المطبخ، وتناولنا الحلوى سويًّا.

أمي أرتنا الصور التي التقطتها لي أنا وأبي بكاميراتها الإلكترونية.

أمي ابتسمت: «هذه صور جيدة سأضيفها إلى ألبوم صور عائلتنا، ستكون ذكريات عظيمة حقًّا».

نظرت إلى صورتي أنا وأبي، وعرفت أنها كانت نوعًا من الصور التي أريد أن أحتفظ بها في دماغي.



وحينما تأتي الصور الإباحية إلى دماغي، أنا أود أن أسيطر عليه باستخدام دماغي الفكري، وأنا الآن أعرف أنني أستطيع فعل ذلك.

١- أغمض عيناك.

٢- دائمًا أخبر شخصًا ثقة.

٣- سمها حين تراها.

٤- اشغل نفسك بشيء آخر مختلف.

٥- أعطِ أمرك لدماغك الفكري؛ كي يكون هو المسؤول.

لتحميل الكتاب من هنا.







# كيف يمكنني أن أحافظ على أطفالي آمنين مع هواتفهم المحمولة؟[1]

اسم المترجم: محمد قاسم

**نص المقال:**

«لا أصدق أن ابنتي كبرت بالشكل الكافي للحصول على هاتف محمول، أشعر بالذعر، كيف أبقيها آمنة؟! هل قلقي مبالغ فيه؟».

**قلقك ليس مبالغًا فيه.**

تبيّن الأبحاث أن جميع الأطفال المسموح لهم باستخدام الجوال في غرفهم أثناء الليل سوف يجيبون على الرسائل، وأن معظمهم بالفعل قد قضى بعض الليالي في إرسال الرسائل النصية.

٤٪ فقط من الآباء يعتقدون أن أبناءهم قد سبق لهم المراسلة أو استخدام الجوال أثناء القيادة، بينما يعترف ٤٥ بالمئة من المراهقين باستخدام الجوال بشكل روتيني أثناء القيادة.

---

(1) *How do I keep my kids safe with cell phones?. (2019). Ahaparenting.com. Retrieved 7 July 2019, from https://www.ahaparenting.com/Ages-stages/tweens/Cell-Phone-Rules-Safe-Responsible-Kids*



ونسبة ١١٪ فقط من الآباء تشتبه أن أبناءهم قد سبق لهم إرسال أو استقبال رسائل أو صور إباحية، بينما ٤١٪ من الأبناء المراهقين يعترفون بفعل هذا، وتبين الدراسات أن بداية إرسال صور جنسية عبر الهاتف يبدأ غالبًا في الصف الخامس، وأن العمر التقريبي للتعرض للإباحية هو ٨ سنوات.

معظم الأولاد يقولون أنهم مدمنون على هواتفهم المحمولة وقلقون بشأن استخدامهم الزائد لها، ويوافقهم الآباء في ذلك، و٣٦٪ من الآباء يقولون أنهم في مناقشات يومية مع أطفالهم بشأن هواتفهم المحمولة.

وخبرتنا تقول أننا بحاجة لبعض من ضبط النفس لإدارة مسؤولية الهاتف المحمول، ومعظم الأولاد ليسوا جاهزين لهذه المسؤولية قبل سن ١٣ عام، في الواقع قشرة الفص الجبهي الأمامي (الجزء المسئول في الدماغ عن اتخاذ القرارات) لا تكون قد تطورت بشكل كافٍ، وعادة التلاميذ الصغار ليس لديهم الدافع القوي للسيطرة على أنفسهم كما نود، وليس لديهم إدارة جيدة للوقت للتحكم في إغراءات وسائل التواصل الاجتماعي والمراسلات الجنسية وإدمان الألعاب الإلكترونية، فإعطاء الطفل هاتفًا محمولًا مع غياب الإشراف اللازم يشبه إعطاءه مادة تؤدي للإدمان، ومن ثم لا تتم متابعته.

فمن الطبيعي القلق عندما يكون طفلك على استعداد لامتلاك أول هاتف محمول حتى وإن كنت تظن أنه على قدر كافٍ من المسؤولية، نعم، الهاتف

المحمـول أداة تواصل، وسيسـمح لطفلك بأن يكون عـلى اتصال بك عندما يكـون بعيدًا عنك، ولكنه رمز للانفصال، وينبهك إلى أن طفلك يقضي وقتًا كبـيرًا بعيدًا عنك، والأسـوأ من هذا أنه ينبهك بأخطـار العالم الخارجي التي تترصد بطفلك بدون وجودك للدفاع عنه.

لحسن الحظ فإن الإشراف والتواصل يمكنهما تقليل هذه المخاطر، كيف؟!

## ١ . لا تعط الهاتف المحمول لطفلك في سن مبكرة:

إذا كان طفلك بصحبة شـخص بالغ موضع ثقة فهو ليس بحاجة لهاتف محمـول، ولكنه عندما يبدأ في الذهاب للمدرسـة بمفـرده أو عندما لا يكون تحت إشراف شـخص بالغ فهو بحاجة لهاتف محمول لأسـباب تتعلق بإبقائه آمنـا، وكلما كان سـن طفلك أصغر كلـما زاد ما تطلبه منـه، لأن من الصعب للطفـل أن يتصرف بمسـؤولية، هل يمكنك الوثوق بطفلك أنه سـوف يتّبع تعليماتـك بشـأنك التطبيقات المسـموح لـه بتنزيلها، على سـبيل المثـال؟! ما احتمالية أن يفقد هذا الهاتف؟! بعض الآباء يمنح أطفاله أجهزة محدودة أكثر من الموبايل فلا يمكنها تصفح الإنترنت أو الاتصال بأشـخاص غير مصرح لهم من قبل الآباء الاتصال بهم.

## ٢ . الموافقة على القواعد قبل أول هاتف محمول:

يعتقـد معظم الآباء أن كتابة «عقد» مع أطفاله غير ضروري وسـخيف، ولكن الموافقة الكتابية تعد وسيلة جيدة للأطفال للدخول في عالم المسؤولية،

عندما يأتي أول هاتف محمول مع قواعد مكتوبة ومسؤولية في وثيقة موقعة بالموافقة فإنه يتعلم كيف يتعامل بمسؤولية، عندما تسأل أطفالك عن تصورهم لهذه القواعد وتتفاوض معهم فإنك سوف تتوصل للقواعد المناسبة.

كبداية تفقد القواعد المقترحة في نهاية المقالة.

### ٣. استخدم المراقبة الأبوية:

هناك العديد من تطبيقات المراقبة الأبوية المتاحة للهواتف المحمولة، وهواتف الايفون مدمج بها نظام مراقبة أبوية يمكن تفعيله.

### ٤. تقديم الدعم المستمر:

لا تقم بمجرد شراء هاتف محمول لطفلك وإعطائه بعض النصائح ثم تأمل الأفضل، عليك النظر للموضوع كمشروع مستمر على مدار العام، في البداية خطط للتحدث مع طفلك يوميا كل ليلة عن كيفية استخدامه للهاتف على مدار اليوم، وراجع معه المكالمات والرسائل النصية الواردة والصادرة من الهاتف وكذلك استخدامه لتطبيقات الدردشة (واتس اب)، اسأله عن شعوره تجاه استخدام الموبايل: هل تغير أي شيء في حياته مع هذه المكالمات والرسائل النصية التي تصله؟ هل كان هناك أي تحديات من وجهه نظره في كيفية الرد عليها؟ حتى لو حصل الأطفال على الهاتف المحمول لفترة، فأنا



أفضل أن يكون للآباء حق تفحص الرسائل والمكالمات في أي وقت بدون تحذير.

### ٥. تحدث واسمع:

قم بالتعليق على الأخبار والقصص المتعلقة بالهاتف المحمول، بداية من المراسلات الجنسية للتطبيقات الخطيرة وصولا للوفيات الناتجة عن حوادث القيادة، واسأل طفلك عن رأيه واستمع له أكثر، ربما تكتشف أنه يعتقد أن إرسال الصور العارية على تطبيقات الهاتف (مثل سناب شات) لا مشكلة بها؛ لأن الصورة سوف تُمحى ذاتيًّا، ولكنه لا يدرك أن المتلقي يمكنه أن يحتفظ بالصورة أو لقطة للشاشة، وأن هناك طرقًا لتعطيل الإشعارات التي يجب أن تخبرك أن المتلقي قد احتفظ بنسخه من الصورة.

### ٦. لعب الأدوار:

عندما يواجه طفل موقفًا جديدًا، كيف سيعرف ما الذي ينبغي عليه فعله؟ عليك أن تعطي طفلك فرصة للتفكير في الموقف وفي خياراته المتاحة، بزراعة هذه البذور سيكون لدى طفلك موارد أكثر تدفعه للتصرف بمسؤولية في اللحظات الحرجة، لقد بدأت بالفعل في لعب الأدوار لمساعدة طفلي على إيجاد ردود أفعال مختلفة، على سبيل المثال أتظاهر بأني صديق له يطلب منه الصورة التي التقطها وهو مستلقٍ.



### ٧. اشرح لابنك عن خطر الإباحية:

في نهاية المطاف جميع الأطفال سوف تشاهد الإباحية، السؤال فقط هو متى؟ تتيح الهواتف الذكية للأطفال الدخول للمواقع الإباحية، لذلك قبل أن تعطي طفلك هاتفًا محمولًا يجب أن تخبره عن الإباحية، فهي عادةٌ تجرد الإنسان من إنسانيته؛ لأنها تصور الجنس بدون مشاعر أو ألفة أو حب بين الزوجين، معظم الأفلام الإباحية تحتوي على اعتداء جسدي ضد المرأة، إذا كنت في حاجه للمساعدة من أجل التحدث مع طفلك عن هذه المسألة الصعبة فراجع كتاب (صور جيدة وصور سيئة) والذي يمكنك قراءته مع طفلك من سن السابعة.

### قواعد استخدام الهاتف المحمول:

١. لا تقم بإرسال أي رسالة نصية أو أي صورة ما لم تمانع في إرسالها إلي جميع أصدقائك في المدرسة أو مدير المدرسة أو أبويك.
تذكر أن كل شيء ترسله يمكن أن يصبح متاحًا للعامة.

٢. اسأل نفسك دائمًا قبل إرسال أي رسالة أو صورة.
تحلي بالاحترام اللازم.. ما هو شعورك إذا قام أي شخص بنشر صورة غير لائقة لك؟

٣. اسأل دائمًا قبل التقاط أي صورة أو ڤيديو.



حتى إذا أعطاك شـخص ما الإذن لالتقاط صورة له فيجب أن تسأله قبل أن تقوم بنشرها.

٤. إذا طلب منك شخص ما إرسال صورة مثيرة تذكر أنه حتي مع بعض التطبيقـات (مثل سـناب شـات) يمكـن لأي شـخص الحصول على نسخة من صورتك، ويقوم بإعادة توجيهها إلي الآخرين، ويمكن لأي شـخص آخر رؤيتها، كل زميل لك في مدرسـتك، معلميك، أبويك، فقط لا تقم بإرسال أي شيء، وقم بالتحدث مع أبويك عن هذا.

٥. إذا قمت باستلام صورة مثيرة.

فورًا قم بمسـحها من على هاتفك، أخبر والديـك، وقم بحظر الرقم حتى لا تستقبل المزيد.

٦. لا تقـم أبدًا بنشر رقـم هاتفك على الفيس بوك أو أي موقع آخر، لأنه يتركك عرضة للمطاردة.

٧. لا تقم أبدًا بنشر موقعك الحالي.

فيما عدا في رسالة مباشرة لأصدقائك (لأنه يتركك عرضة للمطاردة)، ولا تستخدم تطبيقات الموقع التي تنشر موقعك الحالي.

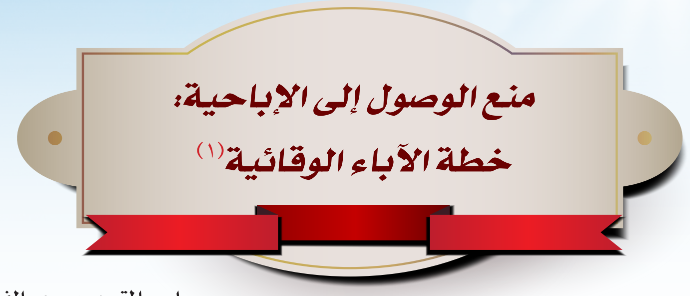
٨. لا تجب على الأرقام التي لا تعرفها.

٩. إذا قمت باستقبال أي رسائل غير مرغوب بها، لا تقم بفتحها وأخبر والديك، حيث يمكنهم الإبلاغ عن المشكلة و حظر المتصل.



١٠. لا تقم بتحميل أي تطبيقات بدون إذن والديك.
١١. قم بشحن الهاتف المحمول في غرفة المعيشة، وبذلك يبقى الهاتف خارج غرفتك أثناء الليل.
١٢. لا هواتف محمولة على طاولة الغداء.
١٣. لا هواتف محمولة خارج حقيبة ظهرك أثناء الحصص الدراسية، وبالطبع قم بتحويله للوضع الصامت.
١٤. امتلك حياتك. لا تشعر بأنه واجب عليك الرد على الرسائل في الحال، ولا تجب عليها قبل إنهاء واجباتك أو بعد التاسعة مساءً.
١٦. راقب استخدامك للهاتف؛ لكي تمنع الإدمان.

تحصل أدمغتنا على كمية صغيرة من الدوبامين في كل مرة نتفاعل فيها مع هواتفنا، لذلك كل رسالة ترسلها أو تستقبلها وكل منشور أو تحديث تشعر معه بشعور جيد، ما هي المشكلة في هذا؟! هذا بإمكانه أن يصرف انتباهنا عن أشياء أخرى مهمة، مثل التفاعل مع أسرنا أو أداء الواجب المنزلي أو مجرد التفكير في الحياة، لكي تمنع الإدمان، يجب أن تحجز وقتًا يوميًّا -مثل وقت تناول الغداء أو حل الواجب المنزلي- حيث يكون هاتفك مغلقًا، إذا كنت تشعر أن هذا صعب جدًّا، أخبر والديك واطلب المساعدة، ويوجد أيضًا برامج تمنع استخدامك للهاتف في أوقات تحددها مسبقًا.



# منع الوصول إلى الإباحية: خطة الآباء الوقائية[١]

اسم المترجم: سحر الفيومي

**نص المقال:**

بواسطة جون فورت ١٧ مارس ٢٠١٦ «نصائح وقائية للآباء والأمهات، قصص واقعية».

يرغب معظم الآباء في منع وصول الإباحية لأطفالهم. «في العصر التكنولوجي، هذا مستحيل». إن اتباع نهج أكثر فعالية لمنع الأطفال من التصوير الإباحي يتصدر لب المسألة: ما الذي قد يدفع الشاب إلى مشاهدة الإباحية القهرية في المقام الأول؟! ... عندما يتمكن الوالدان من مساعدة الطفل على فهم ما يخلق رغبة قوية في رؤية الإباحية، فإن هذا الطفل يتمتع بفرصة أفضل بكثير للمقاومة.

(1) *Fort, J., & Fort, J. (2016). Block Porn Interest: A Proactive Parenting Plan. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2016/03/17/block-porn-interest/?fbclid=IwAR3vOrIK9QS0dWelTHkpDW0AgrtIBXUeV63IayEPcsvTcnyQMF3Frfri-fk*



- بـدأت بتدريس ولدي، لـوكاس، عندما كان صغيرا جدا أن الشـعور بعدم الارتياح هو جزء طبيعي من الحياة.

عندمـا كبر لوكاس، أصبحت أكثر تعمدًا في مسـاعدته على فهم ووضع خطط لتلبية احتياجاته العاطفية.

## الاحتياجات العاطفية غير الملباة تحرك الشهوة:

عندما لا يتم تلبية احتياجاتنا العاطفية، فإننا نتوق إلى الراحة، هناك بعض الأشياء التي تبعث على الراحة مثل المواد الإباحية والشهوة، المواد الكيميائية المنبعثة في أدمغتنا عندما نثار لديها قدرة على منع المشاعر غير السارة.

يتعلـم الذكـور بشـكل خاص في وقـت مبكر جـدا أن الخيـال والصور الإباحية والاسـتمناء يزيل المشـاعر السـلبية، على الأقل، يفعلـون هذا لفترة قصـيرة جدا. أدمغتنا تتذكر هذه التجربة، حتى لو لم نكن مدركين لها بوعي، مـن تلك النقطـة إلى الأمام، عندمـا لا يتم الوفـاء باحتياجاتنـا العاطفية، مما يجعلنا نشـعر بالوحـدة أو نسيء فهمها، تبـدأ أدمغتنا في الـصراخ في وجهنا: «مهلًا، أعرف طريقة لجعل هذه المشاعر السيئة تزول!».

المشـكلة هـي أن هـذا التحول يحـدث بسرعة لا نـدرك متـى نحتاج إلى الهـروب من الخيـال، الأطفال، الذين هم أقل وعيا مـن البالغين، لن يفهموا لمـاذا قد يتوقون فجأة إلى المواد الإباحية، بطريقـة غير متوقعة، فالطفل الذي



قـرر عدم النظـر إلى المواد الإباحية غالبًا ما يشـعر بالارتبـاك والخجل عندما يسيطر عليه الشعور بالشهوة.

يحتـاج الأطفـال إلى المسـاعدة في توصيـل النقـاط، إذا قـام الآبـاء بتعليم الأطفال تحديد احتياجاتهم العاطفية ووضع خطط لمواجهتها، فسـوف يواجه الأطفال صعوبة أقل بكثير من الرغبة في تجربة المواد الإباحية في المقام الأول.

## كيفيـــة التعـــرف علـــى الاحتياجـــات العاطفية وراء المشــاعر السطحية:

يمكـن للأطفـال أن يعـبّروا بالحـزن أو الجنـون، لكـن هـذه المشـاعر السطحية لا تكشـف عن الاحتياجات غير الملباة التي تجعلهم يشعرون بهذه المشـاعر، عندما نرى أطفالنا يبدون حزينـين، أو عندما يعبرون عن مثل هذا الشـعور، يمكننا طرح أسئلة لمساعدتهم على اكتشاف الحاجة غير الملباة وراء شعورهم.

## فيما يلي قائمة قصيرة من الاحتياجات العاطفية الشائعة:

**بعبارة أخرى، يحتاج جميع الأشخاص إلى الشعور بالتالي:**

القبول ☜ الحب

أن تؤمن بقدراته ☜ الاهتمام والرعاية

الأمان ☜ المساندة والمساعدة

الثقة ☜ القدرات

الفهم والوعي ☜ العفو والمسامحة

التقدير ☜ الشمولية

## ما هي الاحتياجات العاطفية التي تؤثر على طفلك أكثر؟

يمكـن للوالديـن أن ينظـروا إلى القائمـة، وأن يعملـوا مـع أطفالهـم في محاولة لاكتشـاف الاحتياجـات العاطفية التي لم تتم تلبيتهـا والتي تؤدي إلى شـعور الطفل بالسـوء، والهدف من ذلك هو مسـاعدة الأطفـال على إدراك الاحتياجـات، عنـد عـدم تلبيتهـا، ممـا يسـبب لهم أكبر قـدر مـن الألم، وقد يؤدي إلى سـلوكيات إدمانية، يمكننا أن نطبق هذا من خلال فحص أنفسـنا، واكتشاف الاحتياجات التي لم تتم تلبيتها بالنسبة لنا، ومشاركتها مع أطفالنا. عـلى سـبيل المثال، لقـد وجدت أننـي أكثر المتضرريـن عندما لا أشـعر أنني مشمول أو عندما لا أشعر بالاهتمام.

## سـاعد الأطفال على فهـم كيف تؤثر احتياجاتهـم غير الملباة عليهم:

الخطـوة التالية هي مسـاعدة أطفالنا على رؤيـة العلاقة بين الاحتياجات غـير الملبـاة والرغبة في الهروب إلى المـواد الإباحية أو الخيـال الجنسي، يمكن للاحتياجات غير الملباة أن تثير الرغبة، فجأة أن تفعل الأشياء التي قد وعدنا أنفسنا أننا لن نفعلها..



أتذكر محاولة تعليم هذا لابني لوكاس، عندما كان عمره ١٢ و ١٣ عامًا، لكنه كان يواجه صعوبة بالغة في رؤية العلاقة بين الحاجة العاطفية التي لم يتم تلبيتها وحاجته المكثفة من حين لآخر لمشاهدة الصور الإباحية.

### لكن في النهاية أصبح واضحًا له، هذا ما يقوله لوكاس:

بـدأت أنا و والـدي في الدخـول في المسـاءلة [المتعلقة بالمـواد الإباحية] عندمـا كنت في الحاديـة عشرة. في البداية، عندما حاول والدي أن يفسر جزء «الاحتياجات» من المساءلة، لم أفهم ذلك، لم أكن أفهم أن الرغبة في مشاهدة المواد الإباحية لها أي علاقة بعواطفي.

عندمـا كان عمري ١٤ عامًا لاحظـت أن الوقت الرئيسي الذي واجهت فيه مشـكلة بالخيال ورغبتي في رؤية المـواد الإباحية كانت عندما كنت أمشي مـن المنزل إلى المدرسـة، كانت مسـيرة طويلة ولم يكن لـدي أحد أمشي معه، أدركت أخيرًا أنني لم أكن أحب أن أكون وحدي لفترة طويلة، وأن الشـعور بالوحدة كان هو المشكلة.

### إنشاء خطة لمنع الاهتمام بالإباحية:

مـن الجيـد قليلًا أن تكون مدركًا لحاجة لا تتـم تلبيتها، يجب علينا وضع خطة لتلبية الحاجة، يجب أن تتضمن المحادثات المنتظمة حول الصحة العاطفية وضع خطط محددة لمعالجة الاحتياجات العاطفية التي لم يتم تلبيتها.



على سبيل المثال، كيف نتعامل مع الأوقات التي نشعر فيها بالحزن أو بالوحدة؟ لا يمكننا الانتظار حتى نشعر بتلك العواطف للبدء في التفكير في طريقة لتلبية تلك الاحتياجات، وإلا، فإن الشهوة ستعيد رأسها وتعطينا هروبًا سريعًا يصعب مقاومته.

**في ما يلي وصف لوكاس للخطة التي أنشأناها لتلبية احتياجاته:**

تحدثنا عن تجربتي أثناء المشي إلى المنزل خلال اجتماعات المحاسبة، وقمت بوضع خطة للاتصال بأبي في الساعة ٤:٠٠ كل يوم في طريقي إلى المنزل، فقط لأطلب من شخص ما التحدث إليه، حتى عندما لا يستطيع التحدث، لا يزال بإمكاني إرسال رسائل، كان الأمر مدهشًا، فقد ساعدت مجرد عملية اتصال بسيطة، بعد ذلك، انخفض عدد المرات التي كنت أريد أن أرى الإباحية تدريجيًّا.

## يمكن للوالدين والأطفال أن يكونوا مسؤولين أمام بعضهم البعض:

أشارك مع ابني في نفس المستوى الذي يشاطره معي، ذكرت احتياجاتي التي تثير الرغبة وهي الشعور بالشمولية والإنصات الجيد، خطتي لتلبية احتياجاتي العاطفية هي إجراء محادثات منتظمة مع اثنين من الأصدقاء الذكور الموثوق فيهم..



عندما ناقشت أنا وابني كيف نفعل، أخبره ما إذا كنت أتواصل مع هؤلاء الأصدقاء المقربين، أنا مسؤول أمامه عن أن أعتني بنفسي كما هو بالنسبة لي لأكون على صلة بأشخاص يثق بهم عندما أشعر بالوحدة.

ابني اكتشف أن أكبر احتياجاته هي الاهتمام والشعور بالتقدير، لذا فإن المساءلة بالنسبة لي تشمل وضع خطط لمعالجة الشعور بالوحدة عندما يعلم أنه سيكون وحيدًا، وأن يقضي المزيد من الوقت في التحدث وجهًا لوجه مع الأصدقاء بدلًا من التواصل عبر الرسائل النصية أو الاجتماعية؛ هذا لأنه وجد الاجتماع وجهًا لوجه يعطيه شعورًا أكثر تأكيدًا له من الرسائل النصية أو وسائل التواصل الاجتماعية.

### العلاقات الصحية هي المفتاح لتلبية الاحتياجات العاطفية:

لا يمكن أن يحدث الشعور بالقيمة، أو الشمولية أوالإنصات الجيد إلا ضمن العلاقات، مطلوب شخص آخر!! لن تساعدني التمارين الرياضية على الشعور بأنني أكثر قيمة، الأكل الصحيح لن يجعلني أكثر رغبة، يمكننا تحقيق هذه الأهداف، لكنها لا تساعدنا «بشكل مباشر» في تلبية الاحتياجات العاطفية.

دعونا نكون واضحين بشأن هذه النقطة: الاحتياجات العاطفية ليست مطلوبة!! إنها حقًّا احتياجات. نحن مخلوقات اجتماعية، لدينا احتياجات



لا يمكن الوفاء بها إلا من خلال علاقاتنا مع الآخرين، الوالد هو خط الدفاع الأول للطفل في هذا المجال وسوف يساعد الطفل أكثر إذا تمت مناقشة المشاعر والاحتياجات على أساس متكرر، إن لم يكن يوميًّا.

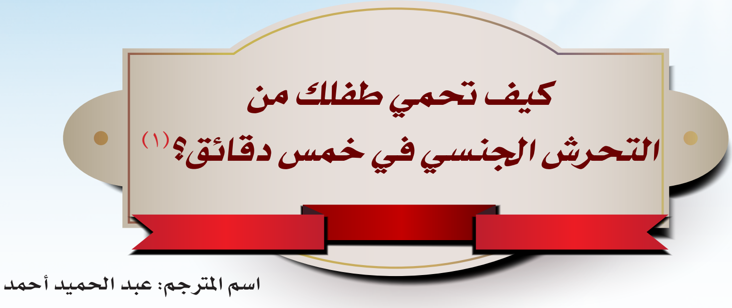
ساعدت مناقشاتي المنتظمة مع لوكاس على تعلم كيفية الكشف عن احتياجاته العاطفية وإيجاد طرق صحية للتعامل مع المشاعر المؤلمة. هذا ما يقوله:

شيء واحد أحاول القيام به هو أنه عندما أشعر بالحزن والغضب والوحدة، وما إلى ذلك، أشارك هذه المشاعر مع والدي بمجرد الشعور بها، حتى لو كنت لا أعرف ما الذي يجعلني أشعر بذلك، من خلال القيام بذلك، يمكن أن أتحدث عن ذلك، وعادة ما أترك الشعور أفضل وليس من الضروري حتى التفكير في القيام بأي شيء جنسي.

۞ من الواضح أن الحديث عن مشاعر مؤلمة في محاولة لفهمها قد ساعد لوكاس على منع الإباحية من السيطرة عليه، وكذلك ولدك وجميع المراهقين والأطفال.

لقد وجدنا أنا وابني أن الشهوة تتمتع بقدر أقل من القوة عندما نكون على دراية بحالتنا العاطفية، ونضع خططًا لتلبية احتياجاتنا العاطفية التي لم يتم تلبيتها، لاحظ أنني لم أقل أننا لا نشعر بشهوة؛ نحن ما زلنا بشر، ومع ذلك، لا يزال التزامنا بالصحة العاطفية هو أكثر إستراتيجية فعالة ضد استخدام المواد الإباحية.





# كيف تحمي طفلك من التحرش الجنسي في خمس دقائق؟[1]

اسم المترجم: عبد الحميد أحمد

اسم المدقق: محمد حسونة

## نص المقال:

يمكن للآباء فعل الكثير في خمس دقائق؛ لحماية أطفالهم من الإباحية والتحرش الجنسي، حيث يحتاج المعتدي إلى أقل من خمس دقائق لتهيئة الطفل للاعتداء الجنسي، وقد تلقينا رسالة هذا الأسبوع من إحدى الأمهات عن كيفية حدوث ذلك في أُقل من خمس دقائق لطفلها ذي الستة أعوام.

## قصة ليزا (ليزا هو اسم مستعار، وليس اسم صاحبة القصة الحقيقيّ):

في الأسبوع الماضي لاحظت ابني ذي الستة أعوام يرقد على السرير مُداعبا عضوه الذكري، وبعدما تحدثتُ إليه عن ذلك الفعل قال لي: إن هناك رجلًا أراني ڤيديو لرجل يقوم بذلك الفعل، ويقول لي: إنك ستشعر بالمتعة

(1) *https://www.protectyoungminds.org/2016/04/28/can-5-minutes-protect-kids-sexual-abuse/?fbclid=IwAR3-XTNRK4LIkUsuWUFRjG9KaWJh9WtnAfwDDdLlwY5LRu4ruQfnFph6vXo*



حيال فعل ذلك. سألت ابني عن وقت حدوث هذا، وعرفت أنه حدث منذ أسبوع عندما كنا في منزل صديقة للغداء، وصديقتي كانت قد أجَّرت غرفة في المنزل لرجل أعزب، وكانت تضع ألعاب الأطفال في هذا الغرفة؛ ليسهل عليها تنظيف السلم.

عندما كنا هناك لتناول الغداء ذهب الأطفال للعب، وأخبرتهم صديقتي بمكان الألعاب في تلك الغرفة؛ فنزلوا ليحضروها، ورجعوا بعد خمس دقائق فقط. خلال ذلك دعا ذاك الرجل المستأجر أحد الأطفال وقال له: «سأريك شيئًا ما»، ذهبنا إلى قسم الشرطة ذاك المساء حيث تحاورنا مع اثنين من الضباط، ولكن ابني كان متعبًا؛ فبالكاد أخبرهم شيئًا، وأصبح شغلي الشاغل الآن هو كيفية نزع تلك الصور السيئة من عقل ابني؛ فأنا سيدة محافظة، ولا أعرف كيف سمحتُ لهذا بالحدوث مع ابني.

أتمنى القول بأن مثل هذه القصص نادرا ما تقع، ولكنها بمرور الوقت تصبح أكثر انتشارًا، وتعرُّض الأطفال للإباحية يحدث منذ عقود، ولا يخطر ببال الآباء أنهم قد يتعرضون لها في لحظات في بعض الأماكن الموثوقة لديهم.



## الاعتداء الجنسي والتحرش الجنسي:

استشرت الخبيرة (غينجر كاديلاك) صاحبة مؤسسة (اجعل طفلا بطلا) وسألتها عمّا إذا كان عرض المواد الإباحية للأطفال يعتبر تحرشًا جنسيًّا؟ ولقد ساعدتني على فهم الفارق بين الاعتداء الجنسي والتحرش الجنسي.

الاعتداء الجنسي يتضمن اعتداء جسدي جنسي ضد إرادة الضحية، أما التحرش الجنسي فهو مفهوم أوسع، ويشمل كلا الاعتداءين: الجسدي وغير الجسدي. فالتحرش الجنسي للأطفال يشمل تعري الأطفال أمام البالغين، أو تعرضهم للمواد الإباحية، وبخصوص المواد الإباحية هناك خطة لسن مشروع فيدرالي يحمي الأطفال من التعرض للمواد الإباحية؛ لذا فإن تعرض الأطفال للمواد الإباحية يجب اعتباره تحرشًا جنسيًّا بالأطفال..

## لإعداد طفلك يجب أن تعلمه ثلاثة أشياء:

لم تكن غلطة هذه الأم أنها ذهبت لتلبية دعوة صديقتها للعشاء، فلا يمكن لأي شخص توقُّع جميع السيناريوهات الممكنة، لذلك فمن المستحيل منع وقوع التحرش نهائيا للطفل، ولكن البديل هو تهيئة الطفل للتعامل مع هذا الأمر فور وقوعه، بمعنى آخر يجب أن يتعلم الطفل ما يلي:

١- ما هي الإباحية؟

٢- إنه من غير المسموح لأي شخص أن يعرض له الإباحية.

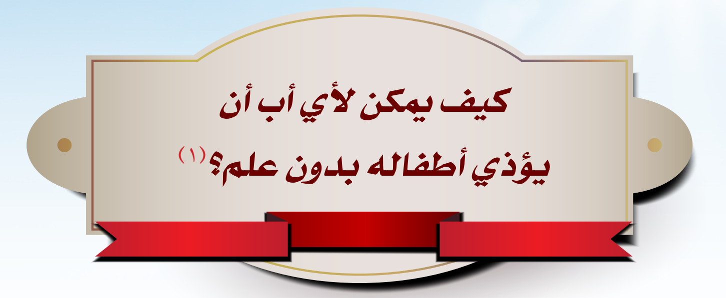
٣- من الضروري أن يخبر شخصًا موثوقًا به حال انتهاك القاعدة السابقة.

بتعلم الطفل تلك المبادئ الثلاثة يصبح لديه فرص أكبر في التعافي السريع حال وقوعه فريسة للتحرش الجنسي، ويجب أن يعلم الطفل أن وقوعه ضحية لذلك ليس خطأه وإنما يجب عليه فقط إخبار شخص بالغ موثوق به إذا كان الاعتداء جسديًّا أو حتى عن طريق عرض الإباحية.

لحسن الحظ اكتشفت (ليزا) ما حدث لابنها سريعًا، وقد مكنتنا من الاستفادة من قصتها؛ ليعلم الآباء مدى السرعة التي يمكن من خلالها أن يحدث شيء فظيع كالتحرش الجنسي بالأطفال.







# كيف يمكن لأي أب أن يؤذي أطفاله بدون علم؟[١]

**نص المقال:**

تقول الحكمة بأن إنشاء أطفال أقوياء أسهل من إصلاح الرجال الضعفاء.

قصص حياتية لا يمكن حصرها تؤكد تلك الحقيقة، فكل طفل إما أن ينمو في بيئة تقوّيه بدنيًّا ونفسيًّا وإما أن ينحدر في قاع لا نهاية له، في معظم الأحيان تكون لتوجيهات الأب وتعاليمه الدور الأكثر تأثيرًا في اختيار أحد الطريقين.

الآباء هم من يصنعون انطباعات دائمة لدى الأبناء، فهم من يعلمونهم ما يجب أن يفعلوه وما يجب أن يتجنبوه، وتلك الانطباعات تدوم في ذهن الطفل لأعوام وأعوام...؛ من أجل هذا وجب على الآباء توخي الحذر وأخذ

---

(1) *https://www.covenanteyes.com/2017/01/26/how-dad-hurt-kids-without-knowing/?fbclid=IwAR1uijYre8z8QWyFfYAC-NehXWoGmVQf_lkAnnORyxOiZSEk0qQygGRghvQ*



الأمر على محمل الجد وبذل الجهد والاهتمام الزائد...، فالآباء الذين يريدون أن يؤثروا بشكل إيجابي على أبنائهم عليهم تجنب الآتي:

### أولًا: التواصل الضعيف:

من المبادئ الأساسية للصداقة الجيدة، التواصل المستمر والصداقة الحميمية، تساعد الألفة والحميمية على زيادة تواصلك مع الآخر.. والتواصل يساعد على مشاركة ما في القلوب والتعارف بشكل أكبر، لذلك فإن النشأة الأسرية السليمة التي تحافظ على التواصل بين أفرادها تمنح الأطفال شبكة صحية نوعًا ما ومثالًا يحتذى به، وتحفزهم على المشاركة وطلب المساعدة وتوجيه الأسئلة عند الحاجة بدون خجل أو مانع.

وعلى النقيض، فإن نقص التواصل المستمر والمنتظم يعيق تكوين عقلية سليمة تستطيع التفكير بالأهداف والرغبات وحل المشكلات، وقد يعيق عملية النضج العقلي ورفض الاعتراف بالخطأ والاعتذار، سيفضل الأطفال الاحتفاظ بمشاعرهم لأنفسهم عوضًا عن البوح بها لآبائهم، وقد يبحثون عن القبول والأذن الصاغية في أماكن خطيرة لا يمكن الوثوق بها، ذلك لأنهم لم يتلقوا الإرشاد والعتاب من الأسرة في البيت.

### ثانيًا: حجب الكلمات المشجعة:

هناك حكمة تقول بأن الطريقة التي نتحدث بها لأطفالنا تصبح صوتهم الداخلي. للكلمات قوة خفية.. قد توهب الحياة أو تستنزفها، كم هم مدهشون



هـؤلاء الأطفـال! فبمجاملة بسـيطة قد يشرق وجههم فرحًـا وسرورًا أو قد يتحـول اليوم السيء إلى أفضل بكثيرـ وعـلى الجانب الآخر، فإن كلمة تعليق سـلبي بشكل عابر من قبل الآباء قد يسحق أرواحهم، ويضعف من قدرتهم على التعامل مع العالم الخارجي الذي غالبا لا يبالي بتلك الأمور، ولا يحرص على انتقاء العبارات الإيجابية أثناء الحديث مع الأطفال أكثر من الآباء.

لا يكفي الاعـتراف بإنجازات الطفل في الحصول على درجات جيدة أو تحقيـق أي إنجاز كان، لا بد من الثناء على شـخصية الطفل وتصرفاته الجيدة بشـكل عام وبكل لحظة اتخـذ فيها القرار الصواب بدلا مـن الخطأ؛ لأن هذا يحفزهم ويدفعهم إلى مواصلة التصرف الجيد وتحقيق الإنجازات.

لو شعر الأطفال دومًا بأنهم لا يعيشون وفق معايير آبائهم فإنهم يشعرون بحزن بليغ، ويعتقدون بأنهم لا يمكنهم فعل شيء صحيح، قد يؤدي ذلك إلى سلسلة من الاختيارات الخاطئة؛ تجعلهم يصدقون بأنهم أسوأ مما يعتقدون.

### ثالثًا: عدم إظهار القدر الكافي من المودة:

المـودة هـي لغة الحب الأساسـية عند البـشر، ونحن نربـط تحقيق الألفة بالتعـارف، وكذلك الأطفال. فعندما ينمو الطفـل في أسرة تحافظ على المودة بينها وتظهرها بشـكل يومي فإن الطفل يشـعر بأنه محبوب ومرغوب فيه من قبل والديه.



عندما يكون الأب ودودًا مع أطفاله فإنه يكون روابط وثيقة معهم. على الرغم من أن المودة قد تبدو وكأنها تواصل بسيط، ولكنها على النحو العاطفي تعتبر قوية جدًّا وتُرسّخ لدى الأطفال الشعور بالحب والأمان، ثم يصبح الأب بطلًا في نظر أطفاله؛ لأنه هو مَن يقضي الوقت معهم في الحديث واللعب والمشي وممارسة الرياضة وما إلى ذلك، ويجدون الراحة التي يحتاجونها في أحضان والدهم، إنها أفعال بسيطة للغاية يظهر فيها الوالد الحب لأطفاله، ولكنها تبني فيهم قيمًا صحية واحترام الذات، وتفتح أعينهم على نعمة وهبها الله لهم.

**ليس الأب بذلك الشخص الذي يحمي الأسرة ويوفر لها المال والطعام وحسب:**

الأب هو شخص ذو قيم راقية، يؤدي دوره على أكمل وجه في حماية الأسرة وتوفير سبل الحياة الكريمة، ويخدم أسرته بتواضع، يعاملهم بلطف ومودة، ويشعرهم بأنهم الأهم في حياته.

الآباء الذين لا يقبلون أبناءهم ولا يحتضنونهم هم قطعا آثمون؛ ذلك لأنهم يحرمون أبناءهم من أهم أساسيات الحياة السليمة التي يحتاجها أي إنسان، يحرمون أبناءهم من الإحساس بأنهم مرغوب فيهم، إن لم يشعر الطفل بالمودة وأنه مرغوب فيه.. فإنه يشعر بأن شيئًا ما مفقود، هؤلاء الآباء

يجعلون أبناءهم يشعرون بنقص في الحب والقبول، فكلما زاد إحساس الطفل بالقبول والاهتمام الأبوي، كلما زادت ثقته بنفسه وتحصيله النفسي الإيجابي.

وللأسف يتجاهل الكثيرون حقيقة أن الفتيان تحتاج إلى المودة أيضًا، وأي نقص في المودة سيقود الفتيان إلى البحث عن تحقيقها بالشكل الذي يجذبهم إليها، وعندما ينمو الفتية والفتيات بدون مودة من الآباء فإنهم حتمًا مع الوقت سيسعون إلى تحقيق الرغبة في القبول عن طريق علاقات جنسية غير شرعية ومواد إباحية وعلاقات ضعيفة هشة، لدى كل طفل مقدار من المودة والاهتمام لا بد أن يحصل عليها في المنزل وإلا بحث عنها خارج المنزل بشكل غير سليم، وهنا تبدأ الكثير من المشاكل.

## رابعًا: تجنب القيادة والانضباط:

أيها الرجال، أنتم قادة عائلاتكم، قد لا يتقبل البعض هذا الأمر أو يرغب عنه بل وقد ينكر البعض أنه سيكون في هذا الموقف يومًا ما.. ولكن على أي حال أنت القائد الفعلي لعائلتك.. صدق أو لا تصدق، ودائمًا تكون القادة هي الأهداف ذات الأولوية القصوى في الحروب، يعرف الأعداء جيدًا أنه بالقضاء على القائد ينتهي باقي الجيش بسهولة، فبموت الرأس يموت باقي الجسد، في هذه الحالة الرأس هي أنت والجسد هو عائلتك، والسبيل الوحيد لمواصلة القتال وأن نكون القادة الحق هو أن يدرك كلٌّ منا دوره ومسؤولياته وتأثيرنا على من نقودهم.



بمرور الوقت يصير الطفل شابًّا.. ولو صورناه بالسبورة التي تتأثر بكل ما تواجهه وتتعرض له عن طريق ما يتعلمه الطفل ويتلقى من ثقافه في البيئة المحيطة ويكتب عليها، فإنه بمرور الوقت يصبح غياب التوجيه والتعليم الأبوي سببًا في الفوضى وعدم انتظام الحياة، للأسف مثل هذه النشأة لا تنتج إلا الفوضى، فإن لم يظهر الأب مهارات القيادة السليمة في تطبيق ردود أفعال منطقية لسلوك الطفل، أو لا يفسر ما يتوقعه من أولاده فإن الطفل بذلك يفتقر إلى القدرة على التفكير طويل المدى في آثار ونتائج أفعاله واختياراته.

**خامسًا: تجاهل حسن اختيار الأصدقاء ووسائل الترفيه:**

على كاهل الآباء مسؤولية أخلاقية تجاه أبنائهم لحماية عقولهم ومشاعرهم، يحرص الآباء العقلاء بشكل كبير على حسن اختيار الأصدقاء ووسائل الترفيه المختلفة لأبنائهم، فهم يدركون أن وسائل الترفيه المبالغ فيها قد تجذب الأطفال بشكل غير صحي، وقد تكوِن عندهم ميولًا جنسية مبكرة دون حسيب أو رقيب.

إن لم يهتم الآباء بقضاء وقت معقول مع أبنائهم يعلمونهم معايير اختيار الأصدقاء وحسن الصحبة وتجنب أصدقاء السوء، فإنهم بذلك يلقون بهم إلى ذئاب البشر؛ يتسلون بهم، فبغياب التوجيه والرقابة الأبوية يسهل تلويث الأطفال بأصحاب السوء ووسائل الترفيه الضارة؛ لذا يجب على الآباء أن يتقوا الله في أبنائهم، ويراعوا بناء جيل جديد سليم، عليهم أن يعتنوا بأبنائهم



جيدًا، ولا يجعلوهم لعبة في يد العالم الخارجي وكل من يضهدهم ويسخر منهم.

## سادسًا: الاقتداء بالسلوكيات السيئة:

كل طفل يرى والده أنه هو الشخص الذي يجب أن يكون مثله تمامًا عندما يكبر، لا يمكنهم استيعاب مبدأ «افعل ما أقوله وليس ما أفعله أنا» ذلك لأن في الواقع، ما يتم اكتشافه يرسخ في الذهن بشكل أكبر مما يتم تعلمه، وكم من أب فقد صورته ومصداقيته أمام أبنائه؛ بسبب أنه يأمرهم بفعل أمور جيدة لا يلتزم هو بها ويخالفها.

يبني الأطفال تصرفاتهم ومواقفهم بناءً على ما يرون من آبائهم في حياتهم، وعليه كذلك يتعلم الأطفال كيفية التعامل مع المشاكل والعلاقات وحتى كيفية استغلال الوقت والحفاظ على الصحة وبناء المواهب.

**هل يحترم الأب زوجته؟**

**هل هو كريم مع الآخرين، ويمنحهم ما يحتاجون من وقت ومال؟**

**هل يغش أو لا يعطي كل ذي حق حقه؟**

**هل يمشي بين الناس بالغيبة والنميمة ويعيب فيهم؟**

**هل يتسم بعدم النضج في تعاملاته مع الآخرين؟**

**هل لا يلتزم بقواعد السير أو يخترق الصفوف المنظمة بشكل همجي غير لائق؟**

يجب على كل أب أن يفكر مليًّا في هذه الأسئلة عندما يقوم بأي تصرف، ويقوّم نفسه؛ لأن الطفل يحاكي ما يقوم به أبوه، ويراه أنه الصواب.

## سابعًا: ضعف الإيمان وإهمال مراقبة الله:

لا يمكن لأحد أن ينكر أن الدين هو أهم ما يجب أن نعلمه للأطفال؛ فهو يبنى شخصية قوية وسليمة جدا للطفل ويحدد مصيرهم، عن ابن عباس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قال: كنتُ خَلْفَ رسول الله صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يومًا فقال لي: «**يا غلام، إني أُعَلِّمك كلمات احفظ الله يحفظك...**».

فإذا رأى الطفل أباه يرتل القرآن، ويصلي الفرائض ودائم الذهاب إلى المساجد، ويطيع الله فيهم فإن الطفل سيكبر على تلك القيم، ويتخذها منهاجا له في حياته كما كان أبوه من قبل، وكما نعلم فإن فاقد الشيء لا يعطيه، فإن تربى الطفل في بيت لا يراعي حق الله، ولا يعلم شيئا عن دينه فسوف يعتقد الطفل بأن هذه هي الحياة، وأنه لا حاجة للدين فيها، وبالتأكيد هذا خطأ كبير.

يجب أن نكون صرحاء، قد تواجهنا الكثير من الاضطرابات الخارجية التي تضطرنا أن نسير مع التيار، ولا يمكن أن تتغير الأحوال بين عشيه وضحاها بدون خسائر.. لا بد أن نخطئ، وأن نتعلم من تجاربنا السابقة، لا بد أن نصبر ونحاول أكثر فإن كان لنا في الحياة هدف فيجب أن نسعى وراءه بكل ما أوتينا من صبر وجلد.

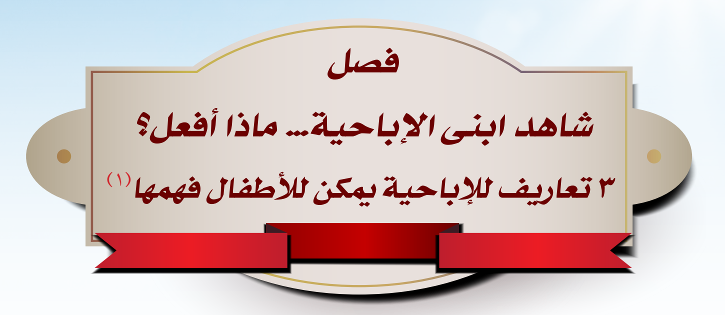


**أيهـا الآبـاء،** ليس منكم أحد يريـد لابنه أن يضل.. كل أب يريد أن يرى ابنه الأفضل دوما، لتحقيق ذلك، فلتبدأ بنفسـك من الآن، فلقد اختارك الله قائدا، وعليك أن تؤدي ما عليك كما أمرنا الرسـول صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ في الحديث الشريف: «**كُلُّكُمْ رَاعٍ وَمَسْـئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، فَالْإِمَامُ رَاعٍ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالرَّجُـلُ فِي أَهْلِهِ رَاعٍ وَهُوَ مَسْـئُولٌ عَـنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْمَرْأَةُ فِي بَيْـتِ زَوْجِهَا رَاعِيَةٌ وَهِيَ مَسْئُولَةٌ عَنْ رَعِيَّتِهَا، وَالْخَادِمُ فِي مَالِ سَيِّدِهِ رَاعٍ وَهُوَ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ**».

تزخر السنة النبوية الشريفة والقرآن الكريم بالكثير من النماذج والنصائح الهامـة لكل أب من أجل تربية أبنائه تربية سـليمة صحيحـة، ويصبح الأبناء أعضـاء نافعـين لأمتهم ومجتمعهم، يجب أن يكون الدين هو الأسـاس الذي نبنـي عليه أطفالنا؛ لأنه إن صح الأسـاس صح البنـاء، ولا أصح من الدين، وعلى النقيض فإنه ما بني على باطل فهو باطل.







# فصل
# شاهد ابنى الإباحية... ماذا أفعل؟
## ٣ تعاريف للإباحية يمكن للأطفال فهمها[1]

### نص المقال:

#### لماذا نُعّلم الأطفال تعريف مصطلح الإباحية؟

عندما يأتي الأمر للأطفال، لا يوجد جدال أن: الإباحية ضارة، وأن التعرض المبكر للإباحية يماثل الاعتداء الجنسي على الأطفال، وهو يوقظ أيضًا الجانب الجنسي للأطفال قبل اكتمال نموهم، وقبل أن يتعلموا كيفية التعامل مع المشاعر الجنسية.

الأطفال الذين يمكنهم تعلّم النظر بعيدًا عن الإباحية هم بالفعل يحمون صحتهم العقلية، تعليم الأطفال كيفية التعرّف على نوعية الصور التي يجب عليهم عدم النظر إليها هو خطوة أولية أساسية.

---

(1) *(2019). Modernmedia.nrclethbridge.com. Retrieved 7 July 2019, from https://modernmedia.nrclethbridge.com/wp-content/uploads/2019/03/3-simple-definition-of-pornography-that-kids-can-understand-with-graphic.pdf*

## لا تشغل بالك بالتعريف القانوني!

الكبـار لديهـم جدال طويـل حول التعريـف القانـوني للإباحية، بوضع ذلـك في الحسـبان، الكثير مـن النـاس يعتقـدون أن تعريف كلمـة الإباحية للأطفـال مهمـة مسـتحيلة، والأمـر ليس كذلـك، الأطفـال لا يحتاجون إلى تعريف ليتحاجوا به أمام منصة القضاء؛ ولكن يحتاجون لتعريف يمكنهم أن يستخدموه، خلال هذا المقال، سنعرض عليك ٣ طرق يمكنك أن تساعد بها الأطفال ليفهموا ما يطلق عليه لفظ «إباحي».

## ٣ طرق مباشرة يمكن أن يستخدمها الآباء لتعريف الإباحية:

### التعريف الأول: استخدم كلمات واضحة وبسيطة:

كتـاب «صور جيـدة وصور سـيئة» يعـرِّف الإباحية على أنهـا: «الصور ومقاطـع الفيديـو أو حتى الكرتون التي يظهر فيها اشـخاص بملابس قليلة أو بـدون ملابـس مطلقًا»، الإباحية تركز على مناطق الجسـد الخاصة التي في الطبيعي يتم تغطيتها بواسطة ملابس السباحة.

### التعريف الثاني: استخدم المشاعر:

الإباحيـة في المعتـاد التعـرض إليها ينتج مشـاعر مُختلطة، عندما يشـاهد الإباحيـة الأطفـال، في العادة يشـعرون أنهـم -وفي نفس الوقـت- يريدون



المشـاهدة ولا يريدون المشاهدة، وإليك بعض الأشياء الشائعة التي يشعر بها الأطفال عندما يتعرضون لمشاهدة الإباحية:

### أشياء توحي بعدم الرغبة في المشاهدة:

- لا أريد مشاهدة ذلك.
- مقرف! غريب! مقزز!
- هذا سيء.
- لا ينبغي أن انظر.
- هذا محرج.
- هذا صادم.
- هذا غير مُهذب.
- هذا مُحير.
- أشعر بالانزعاج
- أشعر أن بطني تؤلمني.

### أشياء توحي بالرغبة في المشاهدة:

- أريد النظر.
- لدي فضول.
- واو!

- أريد مشاهدة المزيد.
- هذا مُدهش.
- هذا مُثير.
- أشعر كأني مسحوب لمشاهدة ذلك.
- أنا مُعجب بما يشعرني به ذلك.
- من الصعب التوقف عن النظر إلى ذلك.

العديد من الأطفال يُمَثلون الرغبة لمشاهدة الإباحية «كالسحب من مغناطيس عملاق» حتى الأطفال الذين تسببت لهم الإباحية بصدمة نفسية قوية يجدون أنفسهم «مسحوبين» بواسطة رغبة محيرة لمشاهدة المزيد، مساعدة الأطفال لكي يتعرفوا على المشاعر المصاحبة لمشاهدة الإباحية هي جزء كبير لتعريف ماهية الإباحية.

في الواقع، هناك بعض الذاتية حول ماهية الإباحية؛ بمعنى أن ما يكون إباحيًا لشخص ما قد لا يكون كذلك لشخص آخر، ولكن إذا انتاب طفل شعور محير بعد رؤية صور تحتوي على أشخاص عراة في وضع مثير، ذلك الطفل في حاجة إلى شخص بالغ ليساعده للتعامل مع ذلك الشعور.

**التعريف الثالث: أضف المزيد من المعلومات كلما نضج الأطفال:**

هـذا التعريـف بواسـطة د. جيل مانينج مناسـب للأطفـال الذين لديهم معرفة أساسـية عن الجنس، نحن نوصي أن يتم تعليم الأطفال هذا التعريف في أقرب وقت يكونون مستعدين فيه لذلك.

«الإباحيـة هي محتـوى مُصّمَم خصيصًا لإثارة الأشـخاص جنسـيًا عبر تصويـر العُري، السـلوك الجنـسي، أو أي نوع من الأنشـطة الجنسـية، وهذا يمكـن أن يكـون عبر الصـور، القصص، الأصـوات، الرمـوز، الأفعال، أو الكلمات التي تصور أجساد / أو السلوك الجنسي» (من كتاب *What's the big Deal about Pornography: A Guide for the Internet Generation*، صفحة ٢):

هذا التعريف يصيب الأسـاس التي تقوم عليه الإباحية؛ لكي تَسـتَخرِج وتُثير المشـاعر الجنسـية، وفَهم قَصـد الإباحية هو شيء أسـاسي، ويُفضل أن يكون سـابقًا لأي مناقشـة مهمة سـيقوم بها الآباء مع أبنائهم عن كيفية كون الإباحية مضرة للأشخاص والعلاقات.

وكلما فهم الأطفال كيف أن الإباحية تؤثر في عالمهم، كلما كانت مقاومتهم الذاتية لها أكبر.

كل الأطفال يستحقون أن نقف بجانبهم ليواجهوا الإباحية، يمكنك الاستعانة بالكتاب الأكثر مبيعًا عبر موقع *Amazon*، كتاب صور جيدة وصور سيئة «*Good Pictures Bad Pictures*».

يمكنك قراءة النسخة التي قمنا بترجمتها عبر الضغط هنا.







# ماذا تفعل بعد أن يرى طفلك الإباحية؟

اسم المترجم: سحر الفيومي

## نص المقال:

في الآونة الأخيرة، قالت الأم: لقد أمضيت بعض الوقت بعد ظهر اليوم على الهاتف مع الاستشاري العائلي. شعرت بسعادة غامرة عندما سمعت أنهم بدءوا وضع القوانين والمبادىء لحماية أسرهم، وقد حاولوا التأكيد على رغبتهم في مراقبة أطفالهم عبر الإنترنت.

ثم نظر زوجها إليها وقال: «حسنًا، كان علينا أن نفعل ذلك». وكما سمعوا في عرض سابق، حتى في أفضل العائلات -أكثر الأسر حرصًا- فإن الأطفال معرضون بشدة لخطر التعرض على الإنترنت الإباحية، وكان طفلها لا يختلف عنهم.

- تحتوي هذه العائلة على كمبيوتر واحد، يتم الاحتفاظ به في منطقة عامة بالمنزل، هم لا يسمحون بأية أجهزة محمولة لأطفالهم... الخ. ومع ذلك، سمع ابنهم محادثة حول المواد الإباحية على مائدة الغداء، لم يكن

يعـرف مـا كان يتحدث عنـه، ذهب إلى البيـت ثم فتح جوجـل وبحث عن كلمة «إباحي» وتعرض -لحسن الحظ - هؤلاء الآباء «في تناغم» مع أبنائهم وحالتهم المزاجية، وأدركوا أن شيئًا ما كان «بعيدًا» عن ابنهم بعد التحقق من تاريخ المتصفح، اكتشفوا نشاطه وأصلحوا الأمر.

**إليك خمس نقاط يجب وضعها في الاعتبار إذا حدث لك ذلك:**

١- يمكـن أن يكـون هنـاك إغراء كبـير لإلقـاء اللوم على مـا حدث على طفلـك: إذا وقعـت في هذا الفـخ فلن تكون في وضع يسـمح لك أن تسـاعد ابنك أو ابنتك على معرفة أنه بإمكانهما التحدث إليك عن أي شيء.

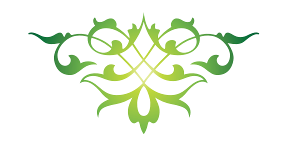
٢- أحـب طفلك: عادة ما يكون الطفل الـذي يتعرض للأفلام الإباحية بريئًا، هم يتعرضون من قبل شـخص آخر، أو يتم إخبارهم عن ذلك من شـخص آخر، في معظم الأحيان، هو شيء «حدث لهم» في مقابل «اختيارهم من قبله».

٣- ابـدأ المراقبـة الآن: تثبيـت برامـج للتأكـد مـن أنـك تعـرف بالضبط أيـن يذهب أطفالـك على الإنترنت؛ حتـى تتمكن مـن التأكد من أن فضولهم لا يقـود إعادتهم إلى المزيد من المواد الإباحية، لم يعد التحقق مـن السـجل كافيـا؛ لأن معظـم المتصفحـات لديها «وضـع التصفح الخاص».

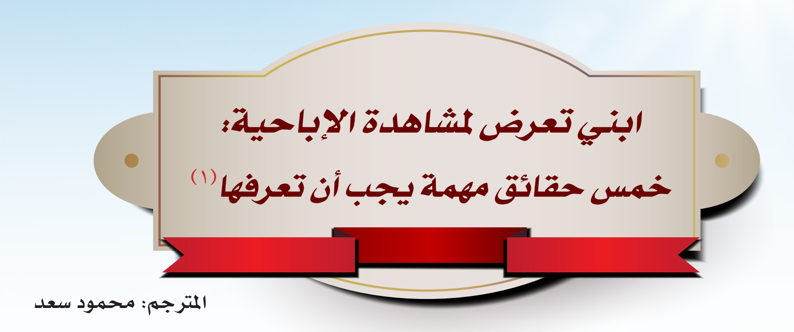
٤- ابدأ الحديث: إذا تعرض طفلك للمواد الإباحية ولم تبدأ تعليمه الجنسي بعد، فيجب أن تبدأ الآن.

٥- الاستمرار في تثقيف نفسك عن مراد الله منك، وأنك مسؤول عن أولادك وستحاسب عليهم.

نصيحتي الأخيرة هي نشر الرسالة، لا تسمح للعار والخجل أن يمنعك من تثقيف الآباء الآخرين حول أهمية حماية الأطفال من المواد الإباحية.







# ابني تعرض لمشاهدة الإباحية: خمس حقائق مهمة يجب أن تعرفها[1]

المترجم: محمود سعد

## نص المقال:

يقول (كارل ستيوارت) مؤلف كتاب علاج الإباحية: السلاح السري للقضاء على قبضة الإباحية، هل حدث من قبل وعرفت أن ابنك يشاهد الإباحية؟ هل أنت خائف من تعرض أطفالك للإباحية؟ دومًا أستقبل مكالمات ورسائل من الآباء الذين اكتشفوا للتوِّ بأن ابنهم قد شاهد محتوًى إباحيًّا. الآباء يصابون بالصدمة والغضب والإحباط في وقت واحد، ويمكنك أن تستمع إلى الإحباط في سؤالهم (ماذا أفعل؟).

**إليك خمسة أشياء يجب أن تعرفها في حالة تعرض طفلك لمحتوى إباحي:**

(1) *My Child Has Been Exposed to Porn: 5 Critical Truths You Need to Know - Covenant Eyes. (2016). Covenant Eyes. Retrieved 7 July 2019, from https://www.covenanteyes.com/2016/08/24/my-child-has-been-exposed-to-porn-5-critical-truths-you-need-to-know/?fbclid=IwAR1IDv3-kH2TECgjglwOVoYXCwq_0-yJwy2PSk47vmHg9coESiGgQo9qxAE*

**لا خجل:**

لا يهم كم أنت مصدوم أو مستاء أو محبط، المهم ألا تجعل طفلك يشعر بالخجل، الخجل سم يقود إلى الإدمان، ويبعث رسالة مفادها (أنت سيء) بينما التواصل يبعث رسالة (ما فعلته كان سيئًا).

من الممكن أن يكون ابنك قد نشأ في بيئة جادة حيث يتم تعليم القيم الأخلاقية وتمثيلها، ولكن قد تصيب عدوى الإباحية المنزل، مهما حدث لا تجعل طفلك يشعر بالخجل.

قد ترغب أن تصرخ به قائلًا (كيف فعلت ذلك؟) أو أن توبخهم لعدم كونهم أشخاصًا صالحين ولفعلهم شيء مقزز كهذا، حسنًا لا تقل هذه الكلمات وإن كنت قلتها فأنت مدين لطفلك باعتذار صادق اليوم.

الخجل يجعل الطفل يشعر بأنه سيء وسماع ذلك من شخص تحبه ورأيه ذو قيمة كبيرة بالنسبة لك يؤثر فيك بشكل كبير، إذا اعتقدت بأنك شخص سيء فسوف تفعل ما يفعله الأشخاص السيئون، الأمر بهذه البساطة، الأشخاص السيئون يفعلون ما يعرفون أنه خطأ، ويستمرون في فعله والعودة إليه، الأمر يصبح بلا أمل عندما تؤمن بأنك شخص سيء.

دائمًا التعامل مع الخجل جزء محوري من عملية التعافي، تأكد من أنك لا تزرع بذور الخجل في عقل طفلك وقلبه، وإن كنت فعلت ذلك فعليك



تصحيح الأمور بأسرع ما يمكن، إذا لم تخرج من هذا المقال إلا بفائدة واحدة فلتكن هذه (لا تجعل ابنك يشعر بالخجل).

## الإباحية تصدم الدماغ:

الصور الإباحية مصممة بشكل واضح من أجل الإضرار بالخلايا العصبية بطرق مربكة ومثيرة وبشكل سري، حيث يتم إفراز خليط قوي من المواد الكيميائية في الدماغ ما يسبب حفظ هذه الصور بسرعة في الذاكرة طويلة الأمد.

لذة الذنب مرتبطة بممارسته وحيدًا في الخفاء، الاختباء والسرية بالإضافة إلى الخطر والإثارة ذلك كله يجعل تأثير الإباحية أكبر وأكثر عمقًا، كما قيل في المثل: (المياه المسروقة حلوة المذاق، والطعام في الخفاء لذيذ).

أعرف من الأشخاص الذين أعمل معهم باستمرار أن السرية في تصفح المحتوى الإباحي تعزز من إدمانهم للإباحية.

السن أيضًا يلعب دورًا هنا، فبمجرد أن يصل الطفل إلى مرحلة البلوغ يكون عقله مستعدًّا للتعامل مع المعلومات الجنسية، ويكون الدماغ والهرمونات جاهزة لبدء التعامل مع هذه الأمور، بالطبع هي خطر على المشاهد قبل وبعد البلوغ، لكن قبل سن البلوغ ـ ١٠ للأولاد و١٠ أو١١ للبنات ـ لا يكون عقلهم جاهزًا بعد لبدء التعامل مع هذه الأمور، ويكون

التعـرض لمحتوى إباحي أكثر إرباكا، فالإباحية في هذا السـن –قبل البلوغ– تكون صادمة ومربكة أكثر منها في مرحلة البلوغ.

الإثارة الجنسية المفرطة الناتجة عما تمت مشاهدته والإحساس المتأصل في الطفـل بأنه يجب ألا يخبر أحدًا طلبًا للمسـاعدة يخلقان بيئة خصبة لإدمان الإباحيـة، وصف لي الشـبان الذين أعمل معهم التعرض للإباحية قبل سـن البلوغ قائلين: (لم أكن أعلم ما الذي يجب عليَّ فعله، ولكنني عرفت أني أحبه، وأني لا يجب أن أخبر أحدًا، واستمررت في إخفاء الأمر منذ ذلك الوقت).

**الأطفال يحتاجون إلى المساعدة للتعامل مع ما شاهدوه:**

مساعدة طفلك في التعامل مع ما شاهده يساعد في تخفيف الصدمة التي تعرض لها دماغه، التعبير عما شـاهدوه وما الذي جعلهم يشعرون به جسديًّا وعاطفيًّـا يسـاعد العقـل عـلى الهدوء وحـل الأمـر، فعندما يتعـرض العقل للصدمـة فإنه يفقد القدرة على فهـم التجارب والخبرات التي تمر به وحفظها بطريقة تمكنه من استرجاعها والاستفادة منها فيما بعد.

فكـر في الصدمـة التـي تحدث بعـد التعـرض لحـادث سـيارة فالتجربة بالكامـل تصبـح غـير واضحـة شـعوريًا، لـذا معالجـة التجـارب الجسـدية والبصرية والعاطفية يسـمح للعقل بأن يسـتوعب شـدة الأمر، وفعل هذا في سياق علاقة مودة أبوية يشبه المسكن الذي يساعد على التعافي.



هـذه المحادثـة بينك وبين طفلـك مهمة جـدًا، ولكنها أيضًـا غير مريحة لكليكما؛ فابنك مستعد لأن يناقش أي شيء معـك إلا الصور الإباحية التي شاهدها، لذا إليك بعض المفاتيح لبدء محادثات من هذا النوع:

دع ابنك يطمئن بأنه لن يقع في مشكلة إذا ما أخبرك بما شاهده؛ يجب أن يتكلم دون خوف من العقاب.

اطلـب منه أن يصف ما شـاهده، وإذا كان محرجًا جدًا فعليك أن تصف أنت ما تظن بأنه قد شـاهده (أظن بأنك رأيت أشـخاصًا عراة يفعلون أشياء صادمة بعض الشيء).

كن واضحًا بدون تصوير؛ أفهم أطفالك بأنهم أشخاص بالغون يمارسون الجنس، ولكن لا تعطه تفاصيل تصويرية عما يفعلونه.

حافظ على ثباتك الانفعالي؛ طفلك يجب أن يعلم بأنك تستطيع تولي أي أمـر يخـبرك به دون أن يصيبك الهلع، يمكنـك أن تفزع لاحقًا، ابنك يجب أن يعلم أنك ستبقى على تواصل معه مهما حدث.

## صناعة الإباحية تستهدف الأطفال الصغار:

نعم لقد قرأت هذه الجملة بشكل صحيح؛ صناع الإباحية يعلمون أنهم إذا ما اسـتطاعوا الإيقاع بالأطفال الصغار فإنهم يكونون قد اكتسـبوا زبائن

مدى الحياة، مثل تاجر الممنوعات الذي يعرض السلعة الأولى بالمجان، حيث يتم دفع الأطفال الساذجة نحو عالم ليسوا مجهزين بعد للتعامل معه.

### ماذا أعني بكلمة (تستهدف)؟

صناع الإباحية يستخدمون كلمات مشابهة لأسماء شخصيات كرتونية مثل (*****) فالموقع الأول لشخصية ديناصور كرتونية، والموقع الثاني يأخذك لعالم ترفيهي خاص بالكبار فقط، وهذا يفسر لمَ متوسط عمر التعرض للإباحية هو ثماني سنوات، ففي هذه السن يكون الأطفال في منتهى البراءة، وهذا يعتبر تحرش بصري.

### انتبه لنشاط أطفالك على الإنترنت:

عليك أن تشاهد سجل تصفح الإنترنت الخاص بأطفالك، وأن تقوم بتشغيل خدمات تنقية وحماية على جميع الأجهزة التي يستخدمونها، الأمر لا يتعلق بالثقة بعد الآن، الأمر متعلق بحماية أبنائك، فلا يمكنك أن تلقي ابنك في وسط النهر وتأمل أن يكون بخير، ابنك يمكنه الدخول إلى محتوى خطير غير منقى على الإنترنت مع مجموعة من السفلة الذين يتطلعون إلى الإيقاع بالأطفال الساذجة، لذا بعض الخوف الصحي مناسب لك كأب.

أعلم أن الحِمل ثقيل عليك؛ لذا إليكَ بعض الأخبار الجيدة: إذا كان ابنك قد تعرض لمشاهدة الإباحية فهناك أمل، معالجة ما حدث لن يقوم فقط

بتخفيف الصدمة التي تعرض لها، ولكنه سوف يساعد على تقوية العلاقة بينكما، فعلاقتك بأبنائك هي علاج قوي لسم الإباحية، عندما يعرفون أنهم يستطيعون إخبارك بأي شيء وأنت تستطيع تولي الأمر فذلك سيجعل عالمهم أكثر أمانًا، وسوف يشعرون بالحب بطريقة مختلفة كليًّا.

## القليل من المنع:

**ماذا يمكنك أن تفعل لإعداد طفلك لمواجهة مجتمع غمرته الإباحية؟**

أخبرهم عن العلاقة الجنسية والجسم البشري؛ إذا كان متوسط عمر التعرض لمحتوى إباحي هو ثماني سنوات؛ فيجب عليك أن تتحدث إليهم عن الجنس قبل ذلك السن _الثامنة_، هم يحتاجون إلى سماع ذلك منك، فسوف يسمعونه في المدرسة أو الأتوبيس أو الملعب، ولكن إذا سمعوه منك أولًا فسوف يشعرون بالحب والحماية، فالمتحرشون بالأطفال يستهدفون الأطفال الذين يجهلون هذه الأشياء ويتمكنون منهم بتقديم محتوى إباحي لهم وحفظه سرًّا عن آبائهم.

اسألهم: ما الذي شاهدوه؟ وما الذي يتحدث عنه الأطفال؟ الاختباء ينمي الخجل، ادخل إلى عالمهم واستمع لما يقولونه؛ هذا يكسبك قوة امتلاك أسرارهم.

إذا كنـت لم تفحص أجهـزة أطفالك منذ فترة فافعل ذلـك اليوم، وإذا لم تكن قد أخبرتهم كم تحبهم، وأنهم يستطيعون إخبارك بكل شيء فافعل ذلك الآن، وسوف تدرك في هذه اللحظة هو أنهم يشعرون بالحب والأمان عندما تهتم لأمورهم وتسألهم عن أحوالهم، لا تدع عيونهم تخدعك.





# كيف ستتصرف إذا علمت أن ابنك يعاني من مشاهدة الإباحية؟

**نص المقال:**

«إذا ما تحدثت مع أطفالك ...يمكنك مساعدتهم للحفاظ على العيش معًا في سلام، هذا إذا كنت تتحدث إليهم بمهارة، ويمكنك أيضًا أن تساعدهم على بناء أحلامهم في المستقبل».

الحياة تجلب تحديات جديدة كل يوم، بعض من هذه التحديات قد تغير إحساسنا بالواقع، واحدة من تلك اللحظات التي من الممكن أن تغير حياتك عندما تكتشف أن طفلك يشاهد المواد الإباحية، أو على أقصى احتمال يدمنها.

نادرًا ما ستعرف أن طفلك يهتم بالإباحية دون أن تكتشف أنت ذلك أولًا، في معظم الحالات، أنت ستعرف الحقيقة حول عادات المواد الإباحية الخاصة به عندما تنظر في تاريخ تصفحه للإنترنت أو إلقاء القبض عليه بسبب مخالفة قانونية.

ويمكن لهذه الأحداث أن تؤدي إلى ردود فعل سلبية جدا وغير محسوبة.



رد الفعل العاطفي بدلا من التفكير العقلاني في مثل هذه المواقف من المرجح أن يسبب المزيد من الضرر في وضع حساس بالفعل كهذا.

نريد أن نساعدك على أن تكون جاهزا؛ حتى يتسنى لك التعامل بطريقة فعالة تبدأ من خلالها عملية الشفاء.

مرة أخرى ولأن كل فرد وأسرة مختلفة، ليس هناك أي سيناريو مثالي يمكن أن يكون مكتوبا، ومع ذلك، عن طريق وضع النصائح التالية في الاعتبار، يمكنك التواصل بشكل فعال وسيكون لها تأثير إيجابي على فهم طفلك للنشاط الجنسي الصحي.

## ٤ تقنيات للتعامل الصحيح:

### تنفس:

في البداية، قد ترغب في التعبير عن الغضب أو خيبة الأمل، وفي حين أن هذه المشاعر ردود فعل طبيعية، إلا إنها يمكن أن تكون مدمرة فتؤثر على علاقاتك مع طفلك، خصوصا فيما يتعلق بهذا الموضوع.

أخذ عدد قليل من الأنفاس العميقة تسمح لك بالسيطرة على عواطفك الخاصة على الفور، بينما رد فعلك المتهور على هذه المسألة سيخلق السرية حولها حيث إن الانفتاح ضروري.



فكـر في العـودة بذاكرتـك إلى حيث كنت أصغر سـنًّا، تذكـر أنك كنت بعيـدًا عن الكـمال، والمبالغة في رد الفعل، معربًا عن حكـم، أو إعطاء عقوبة صارمة سيكون هذا بمثابة إضافة وقود لنار التمرد والعار.

أنـت تحتـاج أن تفهـم أن طفلك ليـس هو المشـكلة، قضيتهم مـع المواد الإباحية هي المشكلة، فإذا أمكنك بنجاح فصل طفلك عن المشكلة، فسوف تبدأ رؤيتك للطريق نحو سبل المساعدة بالوضوح أكثر.

عدم إصدار الأحكام، وتجنب الغضب، وتجنب الخوف من المحادثة من المرجح أن يؤدي إلى شعور طفلك بمزيد من الراحة فيأتي إليك طلبا لمساعدة إضافية أو إجابات عن الأسئلة الحساسة في المستقبل.

**استمع له:**

أنت الآن قد أخذت نفسًـا عميقًا عدة مرات، واكتسـبت السـيطرة على عواطفك، ففي دقيقة استمع إلى ما سيقوله طفلك لك.

مـن المحتمل ألا تكون تلـك اللحظة من اللحظات السـهلة في حياتهم، الاسـتماع لما يقوله طفلك سـوف يعزز علاقتك به، ويسمح لهم بأن يشعروا بأنك قد فهمتهم، وسـوف يوفر لك الوقت لجمع كل الحقائق وتحديد كيفية الرد.



## بعض الاقتراحات للاستماع الجيد هي:

### الحفاظ على اتصال العين:

فإذا نظرت إلى أسفل، أو بعيدا عن طفلك، فإنك بهذا تقوم بإرسال رسالة بأنك غير مهتم أو غير مرتاح لما يقوله، وسوف يفكر بأنك لا تستمع إلى وجهة نظره، وقد يظن بأنك تخطط لعقابه.

فحفاظك على الاتصال بالعين يساعدك على التركيز على ما يقوله طفلك، ويقوي تواصلك معه.

### استخدام لغة الجسد التشجيعية:

لغة جسدنا تميل لخيانتنا عندما نحاول السيطرة على مشاعرنا، خصوصا في الحالات الصعبة، والأوضاع المغلقة مثل طي ذراعيك أو هز رأسك يمكن أن ينقل الغضب وخيبة الأمل وعدم الراحة.

إظهار هذه العواطف السلبية في الوقت الذي يفتح طفلك فيه لك قلبه سوف تجعله يتوقف عن البوح بما في صدره، حافظ على وضعيتك مفتوحة، فهذه الوضعية دعوة لطفلك؛ كي يعبر طفلك عما بداخله بانطلاق فيبصرك بما يحدث في الواقع بناءً على ما سيقوله لك.

### اسأل أسئلة غير تسلطية:

ربما تشعر بالفضول لمعرفة بعض جوانب استخدام المواد الإباحية لدى

أطفالـك، قبل أن تبدأ تلك المحادثات اسـأل نفسـك: «كيف سـيفيد علمي بهذا الأمر في مسـاعدة طفلي؟» عندما تشـكل الأسئلة، كن متأكدًا أنها ليست لخدمة مصالح ذاتية، سلبية عدوانية.

**بعض أفكار للأسئلة هي:**

متى كانت البداية؟

أين تشاهدها في أغلب الأحيان؟

ماذا أفعل لمساعدتك على التوقف؟

طرح أسـئلة محددة يسـمح لك بجمـع المعلومات اللازمة دون السـماح لعواطفك أن تتوحش.

**أكد على حبك له وثقتك فيه:**

بعـد أن قـال طفلك كل ما يـدور بداخله، حان دورك، عنـد هذه النقطة لا تزال في صدمة قليلًا، ولا تعرف ماذا تقول، حسـنًا، من الطبيعي أن تشعر بالإرهاق إلى حد ما.

إذا كان طفلك قد أتى إليك وقص عليك من نفسه، أشكره على ثقته فيك، واجعله يعرف أنك تفهم أنه لم يكن من السهل عليه فتح هذا الموضوع معك.

وبغض النظر كيف أمكنك اكتشاف المشكلة، قل له أنك تحبه مهما كانت الظروف والأحوال، فإذا شعر بحبك له فسوف يكون أكثر استعدادا لمواصلة



السـير في هذا الطريق معك، من الـضروري عليك أن تكون جزءا من الحل، الـشيء المهم أن نتذكر أن هذه القضية أصبحت شـائعة بـين المراهقين اليوم، وطفلك ليس واحدا فقط الذي يعاني من تحدي المواد الإباحية.

## ساعـــده:

وأخيرًا، سـيدرك أنه بحاجة لك، هو بحاجة إلى معرفة إن كنت ستقف إلى جانبـه وعـلى اسـتعداد لمحاربة هـذا الشيء معـا، يمكنـك أن تطلب من طفلـك مـا كان يخطط للقيام به عـلى وجه التحديد لوقف مشـاهدة الإباحية قبل أن تصبح عادة، وكيف يمكن أن تساعده على تحقيق ذلك.

سـاعده على تحديد الأهداف التفصيلية، وساعده على أن يكون خاضعًا للمساءلة والمراقبة.

هـذا هو الوقت لإظهار حبك له من خـلال تصرفاتك، الكثير منكم قد يواجهـون رد فعل مـن أطفالهم بالرفض أو عدم الرغبة في النظر لاسـتخدام المواد الإباحية على أنها مشكلة.

مـن المهم بالنسـبة لـك أن تحافظ على هـذه الخطوات الأربـع في ذهنك، ولا تحاول أن تأخذه إلى ما تريد بالقوة.

مـا يمكننا قوله لكم هو ألا تستسـلموا، حافظوا على تثقيفهم من خلال فتح الحوار، فمتى اعترفوا بأنها مشكلة، سيعلمون إلى أين يذهبون.



## ماذا لو كان لي طفل مدمن؟

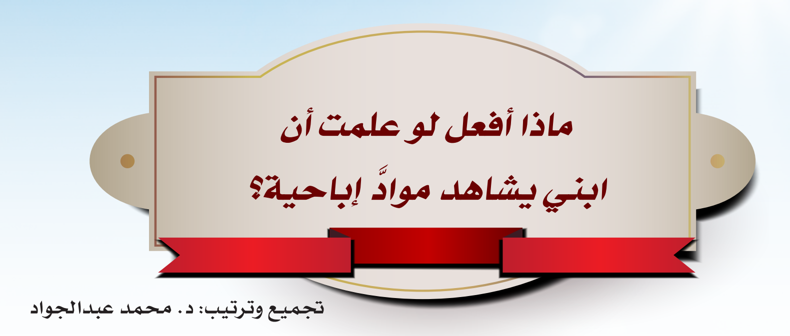
التـزام طفلـك بالتعـافي يزيد مـن امتلاكك الرغبـة في تقديـم الدعم له، بـل هو أيضـا جيد أن تبحث عن مسـاعدة خـارج دورك كوالـد اعتمادًا على الوضـع الخاص واحتياجات عائلتك، التي تنطـوي على طرف ثالث لتقديم المشـورة أو المسـاعدة، وكلما تعلمنا أكثر وأكثر عن هذه العادة عرفنا تمامًا كم أن المساعدة الخارجية من شخص مهمة لكسر تلك العادة السيئة.

موقعنا يوفر وسائل عديدة للتعلم، والأدوات التي تساعدهم على عملية التعافي.

وكذلك المنتدى بالموقع وجروبنا على التليجرام جروب حرر نفسك.








تجميع وترتيب: د. محمد عبدالجواد

## نص المقال:

### ماذا أفعل لو علمت أن ابني يشاهد موادَّ إباحية؟

خطوات عملية لحل تلك المشكلة التي كثر السؤال عنها في الآونة الأخيرة:

١. إن التربية منذ الصغر هي اللبنة الأولى في تقويم سلوك الأبناء بزرع الوازع الديني والأخلاقي وخلق الضمير لديهم والقدوة الحسنة، فلا معنى أن ينهى الأب ابنه عن الجلوس لساعات أمام الكمبيوتر، والأب يفعل ذلك.

٢. أولًا إذا كنت شاكًّا أو ربما يكون موقع قد وقع عليه أثناء البحث بالخطأ وليس عمدًا أو أنه لم يقع بفضل الله في مثل هذا فتكلم معه في موضوع (الإنترنت)، وقُم بتوجيهه بدون أن تُشعره بأنَّك تَعلم شيئًا، وأنَّه إذا لم نستخدمْ هذا الجهاز في المفيد، فإننا سنجلب على أنفسِنا مشاكلَ

نفسيَّة واجتماعيَّة عديدة نحن في غِنًى عنها! وأنَّ هناك (أفلامًا خليعة) لا بـدَّ أن نبتعـدَ عنهـا؛ لأنهـا تؤذينـا دِينيًّـا وخُلقيًّا، وتـؤذي صحَّتنا، فلا بدَّ أن نبتعد عنها، ولا يصح أن تقول بالطبع مثل هذا الكلام وأنت تسمح بمشاهدة الأفلام في بيتك والمسلسلات والأغاني والعياذ بالله، واجعل له جلسة كلَّ أسبوع، تَكلَّم معه عنِ الأضرار والأمراض التي تجلبها الأفلامُ والصور، وإنْ شـاء الله سيبتعد عنها تدريجيًّا (بترهيب مِن عدم رُؤيتها؛ لأنَّها ستغضب الله، وتورث له الأمراض!

٣. كـن على علم أن بعض الأولاد ممن هم في بداية المراهقة كسِـنِّ الثالثة عـشرة، يبـدءون مراهقةٌ مبكِّـرة فيبحثون عـنِ الاسـتقلال والذاتية، ويكونـون في حاجـةٍ إلى الصداقـة والمصاحبـة، ويحبـون الاحتفـاظَ بأسرارِهـم الشـخصيَّة (لاب تـوب - *computer* - النـت - المحمول).

٤. وإن كنـت متأكـدًا ففي الغالب يكون هذا بدافـع الفضول، فهو مثلًا قد سـمع أصدقاءه يتكلمون عن مثل هذا فشـاهدها بدافع الفضول، فلا تسـتخدم العنف معه، وكن إيجابيا ولا تمـن عليه فتقول أنا تعبت في تربيتك وأنا وأنا .......... هذا سيضر ولن ينفع، قل له أنك تثق به وبحبه لله وخوفه منه وأن ثقتك به لم تهتز ولم تتغير، واهمس في أذنه وقل له: أنا أحبك، أنا أثق في أخلاقك، وأنك لن تكرر ذلك ثانية.



٥. يفضل أن تصطحبه إلى مكان هادىء خارج البيت أو داخله، واجلس معه وضمه إليك وقبله وقل له: أنك اكتشفت كذا وكذا واستمع منه ما الذي جعله يشاهد تلك المقاطع السيئة؟؟؟

٦. اعلم أنه بشر، والبشر يخطئون ويستغفرون، والله سُبْحَانَهُ وَتَعَالَىٰ يقبل التوبة ويغفر الذنوب، ويبدل السيئات حسنات إذا تاب الشخص وأخبره بذلك.

٧. انقُل له الخبرةَ مِن حكاياتك، و قم بتعليمه أنَّ الإنسانَ قد يقع أحيانًا في ذنوب خفيَّة وعَظيمة، ولكن مِن السهل أن يتركَها بتوبةٍ إلى الله واستغفار، وأنَّ الإنسان إذا لم يتُبْ فسوف يَناله سخطُ الله، ومِن ثَمَّ سوف يسخط عليه الناس، وأنَّه سوف يَفشل في تحقيقِ أهدافه.

٨. و اعلم أنك مهما كنت لتفعل فإن ولدك ومع وصوله لمرحلة المراهقة كان سيتعرض لما حدث معه بشكل أو آخر، فبالرغم من الصدمة الكبيرة التي تعرضت لها مما اكتشفت، اطمئن لهذا، فليس مؤشرًا إلى أن ولدك سيء أو لا خلق له، ومن المفيد كذلك أن لا تغيّرنظرتك لهذا الابن، فهو لم يتغيّر لمجرد أنه تعرض لهذا الأمر، وهو في البداية لم يسع إليه، إنما تعرض له من دون إرادة منه، ومن بعدها فعل ما فعل من باب حب الاستطلاع. ولكن احذر أن تتحمل أنت بشكل أو بآخر وقوع ابنك في مثل هذا.



٩. انتهز هذه الفرصة فهي فرصة مناسبة للحديث الواعي والهادف معه، فهـذا الحديـث ربما لم يكن ممكنًـا من قبل؛ لأنه سـيبدو على أنه غريب تمامًـا، بينما الآن هو الوقت المناسـب ليتحـدث والده معه في مثل هذه الأمـور. وكمعظم الأسر عندمـا كان أصغر كنتـم تتحدثون معه عن «الحـلال والحرام» وغيره من الأمور، والآن وهو في هذا العمر يمكن أن تتحدثوا معه في الأمور الجنسية وغيرها، والتي تهم الشاب المراهق في هذا العمر، والحديث بشـكل أقرب للواقع وتحدياته، وليس كلامًا نظريًا فيما يجوز وما يحرم، ولتكن هذه أيضا فرصة مناسبة ليطرح الابن عليكـم وخاصـة على أبيه بعض الأسـئلة والمواضيع التي تشـغل بال الشـباب المراهق، وربما هذه أيضًا فرصة مناسـبة للتقارب الأكبر بين الابن وأبيه، هذه فرصة ذهبية مناسبة لإنزال التربية السابقة والحديث بينكم وبـين أولادكم على أرض الواقع، والربط بين مقدمات الحلال والحرام وبين المواقف العملية التي تفرض نفسها علينا وعلى أبنائنا في هذا العصر الحديث. ولا شك أن السماح له بمشاهدة العري والنساء المتبرجات في التلفاز هو من أسباب دفع المراهق وغيره إلى البحث عن المواد الأكثر تطرفًا؛ لأنه قد تعود على النظر إلى الحرام، فكن على يقين أنك إذا سـمحت بتلك المـواد التليفزيونية في بيتك فإن هذا سـيهلك الأولاد والبيت كله، فكن على بينة من أمرك.



١٠. ويتوجب أن يعرف الأب والأم في البداية كل الأخطار المترتبة على الصور والمشاهد الإباحية من الناحية النفسية والجسمية، عن طريق البحث في موقعنا، وحصر كل الأضرار، وترتيب الأفكار قبل الدخول مع الولد أو البنت في جلسة حوار؛ لكي يستطيع الأب أو الأم السيطرة على موضوع الحوار، وتحقيق أهداف ذلك الحوار نهاية الجلسة؛ لأنّ من أعظم أسباب فشل الحوار بين الأب وابنه أن يبدأ الأب الحديث في موضوع ليس لديه معلومات كافية وحجج مقنعة للابن، وبالتالي يلجأ الوالد لأسلوب العنف؛ لأنّه فشل في أسلوب الحوار مع ابنه.

١١. أؤكد عليك أن توضح له من خلاله المخاطر الناتجة عن مشاهدة الصور والأفلام الخليعة، وما تسببه من أمراض نفسية وعضوية لا تحمد عقباها، وهذا ما ستجده بالتفصيل بموقعنا فاقرأه، وانقله له بصورة يفهمها.

١٢. قم بمتابعة سلوكياته، وتقويم أخطائه أولًا بأول، بأسلوب الحوار البناء الذي يقوي جسور التواصل بين الولد ووالديه، ليصبح الابن قادرًا على مصارحة والديه بكل ما يستجد عليه من مواقف لم تكن مألوفة له في السابق، ويتناقش مع والديه بكل أريحية واطمئنان، وإياك والقسوة والجفاء مع الابن أو البنت حال وقوعهم في أي خطأ،



خصوصًا إن كانوا في سن المراهقة، حيث إنّ تلك المرحلة العمرية لها من اسمها نصيب، فهي «مرهقة» جدًّا للشاب والفتاة، وهما في أمس الحاجة لمن يقف بجانبهم، واستيعاب حالتهم، ومراعاة ظروفهم النفسية السيئة أثناء هذه المرحلة.

١٣. أمَّا عند الكلام معه، فبلا شك كلمة حرام وعيب مهمة لكن أيضا لا تهمل التركيز على المخاطِر والأمراض التي ستُهاجم جسدَه في السنوات القادِمة، وذلك بشكل جميل وقريب، نصِل إلى المطلوب مِن إيصال المعلومة، ولا نستخدم الكلمات البذيئةَ؛ لأنَّنا كلما نفرناهم ونهيناهم وشدَّدنا عليهم بالحُرمة فقط، ستكون النتيجة عكسيَّة، وسيتمسَّكون بما هم عليه مِن أخطاء ومعاصٍ؛ ولكن كلَّما كان الأسلوب طيبًا ومحبَّبًا، ومبطَّنًا بالحب والخوف، كان هناك رِدَّةُ فِعل إيجابية، إن شاء الله تعالى.

١٤. قم بالتوضيح للولد أنّ الشيطان يزين تلك المشاهد في نفوس البعض؛ ليغمسهم بها في نار جهنم، وأن الله سوف يحاسبنا على كل ما نعمل، مع تذكير الابن بالموت وساعة الرحيل من الدنيا التي لا تأتي إلَّا فجأة، فهل يرضى أن يموت وهو يشاهد تلك الصور؟ وهل يرضى أن يجدها أهله في جواله بعد مماته؟

١٥. و لا شك أن الابن في حاجة الآن بالإضافة للحديث والدردشة، يحتاج لا أقول للـ«المراقبة» وإنما أفضل كلمة «المتابعة» أي متابعته عن قرب لضمان سير الأمور بالشكل السليم، وللتأكد من استقامة السلوك، سواء من ناحية المواقع على النت، وطبيعة الأصدقاء، والأنشطة التي يحضرها وتشغل باله، ولا يتأتى كل هذا إلا من خلال التعايش والحياة اليومية والاختلاط بين أفراد الأسرة.

١٦. لا بدَّ مِن المتابعة السريَّة لما يتمُّ فِعله على (الكمبيوتر)، وبدون أن تُخبره أنَّك تراقب جهازَه؛ لأنَّ هذا سوف يجعله يبحث عن مصدرٍ آخر، وليكن خارجَ المنزل، وسوف تتصاعَد المشكلةُ، فاغرس فيه المراقبةَ بشكلٍ غير مباشر، يَعني مثلًا: قل له: لو سمحت أعْطني تليفونك أتَّصل، أو أنا نفْسي أرى موضوعًا ما على (الكمبيوتر)، بالتعريض من غير كذِب.

١٧. وأنصح بجزءٍ خفيٍّ، ومِن غير عِلمه تمامًا، راقبه بحبٍّ؛ لتحدِّد موضعَ الخلل، وتعالجه بطريق غير مباشر.

١٨. و هناك مشكلة من مشاكل وجود الإنترنت، وهي مشكلة الصور الخليعة الفاجرة على الجهاز، وهذه الصور ربما تأتي بغير قصد على الجهاز، فربما تفتح موقعا عاديا غير ملتزم، وتأتيك مثل هذه الصورة كفتحة إجبارية كنوع من الدعاية لتلك المواقع الفاجرة، ومن الممكن



منع ظهور هذه الصور بسهولة عن طريق شيئين، أولهما تعديل اختيارات بحث جوجل ليتم التعامل مع الصور بالوضع الآمن المتحفظ من خلال رابط خاص على صفحتهم يسمى «تغيير إعداد البحث الآمن»، وثانيهما بتنزيل برنامج على الجهاز ويمكن إيجاده بسهولة على شبكة الانترنت ويسمى «برنامج منع المواقع الإباحية» ومن أشهرهم برنامج «*anti-porn*»، فيمكن لهذا البرنامج أن يمنع ظهور أية صفحة فيها صورة فاجرة.

١٩. مع إقراري بخطر الصور الخليعة والفاجرة وعظم ضررها على المسلم صغيرا أو كبيرا رجلا أو امرأة إلا أني لا أعتبرها أخطر ما في الإنترنت، إنما الخطر أيضا الشديد والتخوف الأكبر يأتي من إدمان برامج الحوار (الشات)، وهي التي تستطيع أن تجعل من بعض الأبرياء الأبرار يتحولون إلى أشقياء فجار بعد فترة من اعتيادهم لها، وتنازلهم يومًا بعض يوم، فالشات أغلبه كذب صريح أو مستتر في المعلومات والأفكار والسمات والمشاعر، فالشيخ الفاني يضع صورة لشاب وسيم، والعجوز الشمطاء تدعي أنها فتاة صغيرة باهرة الجمال، والفقير يدعي الغنى، والقاسي القلب يدعي أنه ودود ولطيف، ومعظم هؤلاء يكذبون ويعلمون أنهم يكذبون ويعلمون أيضًا أن من أمامهم يكذبون، ولكنهم يعيشون في وهم يصنعونه بأنفسهم،



هذه هي النقطة الأشــد خطرًا والتي يجب التصدي لها والتخوف منها والحرص على عدم وقوع الزوجة والأبناء فيها.

٢٠. ولهـذا لا بد مـن تقنين ومتابعة الإنترنـت للجميع للأبنـاء والزوجة؛ فهذا واجبك الذي سيسألك الله عنه.

٢١. يجـب وضع جهاز الكمبيوتـر -إن كان ثابتًا- في مـكان عام كالصالة مثـلا وليـس في غرفة مغلقـة وأن يفتحه من يفتحه أمـام الجميع دون أن يسـتتر بـما يـراه أو يفعله، وتكون المشـكلة أصعـب إن كان الجهاز محمـولًا أو صغيرًا لوحيًّا أو من هاتف محمـول، فحينها تكون الأمور أكثـر صعوبة فحينئـذ يجب أن تكون هناك رقابة من بعيد، ولا يشـعر الأب ابنه بأنه يراقبه، ويجلس لحاسوب الابن؛ لإنجاز بعض الأعمال، فهـذه فرصة لتنبيـه الابن بأن خصوصيته يمكن أن تخترق، وسيشـعر بالعار والخزي لو اكتشف والده بأنه يشاهد مواقع إباحية.

٢٢. فأنصحُكـم بـألَّا تتركوه وحـدَه على الإطـلاق، ودائمًا اجلسـوا معه، ولا بـدَّ مِـن نقـل الجهـاز (الكمبيوتـر) إلى غرفة المعيشـة كـما ذكرنا، ولا نتركـه في غرفتـه الخاصَّـة مُغلَقة الأبواب، أو عندمـا تَرونه يجلس بمفـرده على الجهاز أحضر أنـت كتابًا وقم بقِراءاته بجانبه، فلا تؤهلوا لـه المكان والبيئة الفاسـدة، التـي لا يوجَد عليه رقيـبٌ، ولكن عندما



يكـون هـو والجهـاز أمـامَ أعينكـم، فهذا أفضـل وآمن له مِـن مخاطر الخَلوة.

٢٣. لا شك أن الإنترنت في حياتنا صار ضرورة حياتية للكثير منا، وأصبح منعـه أو عـدم توصيله لا يعتبر حلًّا ناجعًا وناجحًا لمشـكلاته، ولكن إذا وجـدت ولدك أو حتى أنت قد أصبحتما خارج السـيطرة فافصل الإنترنت تماما فترة من الزمن حتى عودة التوازن إليه وبناء قوة إيمانية داخلية تحميه من خطره، إلا إذا كان هو سبب من أسباب رزقك مثلًا فابقه مع الاحتياطات التي ذكرناها.

٢٤. إن كان هنـاك مواقـع تواصـل اجتماعية يجب أن يكـون البريد واحدًا ومعلومًا وكلمة السر فيه معلومة؛ لكي يكون حسابه معلومًا للجميع دون خشية، فالخشية هنا وإخفاء كلمات السر هي موضع شك وريبة، وإنشاء بريد آخر غير معلوم بياناته يدخل به الإنسان على تلك البرامج موضـع شـك وريبة، فالأصل أنه لن يتتبع أحـد أحدا ولن يتدخل في خصوصياتـه، ولكن الريبة تكمن في التخفي والاسـتتار، وليكن كل شيء في النور لا الظلام. وعليك أخي إن يكون لك حساب على الجي ميل وسـجل به الدخول على اليوتيـوب في كل أجهزة العائلة الجوال والحاسـوب ومن خلاله تسـتطيع بعد ذلك من جوالك أو حاسوبك



البحث في تاريخ المشاهدة لليوتيوب عن كل ما تشاهده الأسرة من خلاله وكذلك ضبط إعدادات اليوتيوب على الوضع الآمن.

٢٥. يتم الحذر من أدوات التحدث بالصوت أو الصورة «المايك والكاميرا» فوجودها واستعمالها مع الغرباء ضار ومريب، ويمكن السيطرة عليها إن كانت منفصلة، أما إن كانت مدمجة كما في الحواسب المحمولة فيجب الانتباه لها.

٢٦. اقترب من الأبناء والبنات، خاصةً في بداية سنوات المراهقة، واغمرهم بالحب والعواطف أكثر من الأطفال الصغار، فنحن في مجتمعنا مع الأسف الشديد نعطي الحب الشديد للابن أو البنت منذ ولادته، حتى يصبح عمره سبع سنوات، ونبدأ في إخفاء مشاعر الحب، وربما يقول البعض إنّه لم يقبل خد ابنه أو ابنته منذ أن أصبح عمره (١٠) سنوات، وهذا الجفاء وإخفاء المشاعر يجعل الولد أو البنت يشعر بجوع عاطفي، وهو بأمس الحاجة للعاطفة أكثر من العواطف التي كان ينعم بها في سنوات عمره الأولى؛ مما يوجب على الأم والأب عدم إخفاء مشاعر الحب لأبنائهم وبناتهم حتى نهاية سن المراهقة.

٢٧. على الأم والأب عدم إخفاء مشاعر الحب لأبنائهم وبناتهم حتى نهاية سن المراهقة، والقرب منهم، ومحاولة إشغال أوقات فراغهم، إما بإلحاقهم في حلقات تحفيظ القرآن أو تسجيلهم في نواد رياضية،



وتشـجيعهم على أن يكونوا أبطالًا في المسـتقبل وتعزيـز الثقة بالنفس لديهم، لكي لا يصبحوا فريسة للفراغ.

٢٨. ولا بـدَّ أن يكون هناك صداقة متينة ونقـاش، ولا نكتفي فقط بتعليق وتوجيه؛ بل نُصادقهم ونتقرَّب منهم.

٢٩. وعليـك أن تعيـد النظـر في علاقتك ببيتـك وأبنائـك، وراجع مدى قربـك منهم، فإن كنت مقصرًا في هذا الجانب فيتوجب عليك القرب منهم، وتلمس احتياجاتهم، والبحث لهم عن بدائل مفيدة، يشـغلون بهـا أوقـات فراغهم، بـدلا مثلا مـن تركهم فريسـة للتلفـاز وأفلامه ومسلسـلاته وكليباته الإباحية، فربما كان الولد يعاني مشاكل دراسية أو نفسـية أو اجتماعية، وأنت آخر من يعلم، وكذلك يجب على الأب أن يعيـد النظـر في علاقـة أولاده بمن يحيطون بهم مـن أصدقاء، فربما يكـون من أصدقائه من يزودهم بهذه الصور لغرض إفسـادهم، وإذا توصل الأب لمعرفة مصدر الصور يحذر الشخص المقصود من إفساد أولاده، ويحذر ابنه من مصاحبتهم.

٣٠. واعلـم أن للرجـل قوامـة في بيتـه لـه أن يتابـع زوجته وأبنـاءه في كل مـا يفعلـون، وليـس في ذلك نـوع من الاتهـام، بل هو نوع مـن قيامه بواجبـه الشرعـي الذي أمـره الله به حين قـال: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ قُوٓاْ أَنفُسَكُمۡ وَأَهۡلِيكُمۡ نَارٗا وَقُودُهَا ٱلنَّاسُ وَٱلۡحِجَارَةُ﴾، وعليـه فلا بد وأن يقوم



بذلك الواجب، وقد لا يتم هذا الواجب إلا بالتحاقك بدورة لتعليم الإنترنت إذا كان لا يعلم كيف يدار الإنترنت، فأظن أنك لا بد وأن تتعلمه حتى تقوم بدورك وقوامتك.

٣١. قبل كل شيء إذا أراد الإنسان أن يقوم أسرته فعليه بداية أن يلزم نفسه بتقوى الله -سبحانه-، فتقوى الله هي الأساس لصلاح الذرية كما قال الله -سبحانه-: ﴿ وَلْيَخْشَ ٱلَّذِينَ لَوْ تَرَكُوا۟ مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَـٰفًا خَافُوا۟ عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا۟ ٱللَّهَ وَلْيَقُولُوا۟ قَوْلًا سَدِيدًا ﴾، ويجب أن يعلم كل إنسان أن الله يحفظ العبد المؤمن في ذريته، ويعاقب المسيء -إن شاء- بأن يريه في أهله وذريته مثل ما كان يتعامل مع حرمات الله وأعراض الناس.

٣٢. قبل كل شيء وبعده وأثناءه يجب استمرار التربية الإيمانية للأبناء؛ لأنه مهما بلغ الإنسان مبلغه في المراقبة والمحاسبة يستطيع أي إنسان أن يغافله ويفعل أي شيء، فلا نتيجة إلا باستدامة الطاعة والحث عليها وكثرة تذكير الأهل والأبناء بتقوى الله وبفعل الصالحات وبترك المنكرات وتذكيرهم دوما بعاقبة المحسن والمسيء أمام الله عَزَّوَجَلَّ؛ فهو العاصم من كل خطر وضرر، وبعد ذلك التوكل على الله والدعاء أن يحفظ الله ذريتنا، فهو ولي ذلك والقادر عليه.



٣٣. أؤكد مرة ثانية على ضرورة إشغال وقت فراغ الابن بهواية مشتركة، وألا يكون مطالعة الإنترنت هو الهواية الوحيدة له، ويفضل هواية خارج البيت.

٣٤. محاولة التقرُّب منهم والجُلوس معهم، ومتابعة الأفلام المفيدة والمسلية، والحديث في حوارات نافعة تُفيدهم، وممكن فتْح نِقاش مع الوالدة أمامَه على كيفية مواجَهة أي شخْص يُشاهِد أشياءَ مخالفةً مع إعطاء أمْثلة، ولكن يتمُّ ذلك بدون أن تُوجِّهَ له كلامًا مباشرًا.

٣٥. حمل مقاطع صوتية دينية تشتمل على قصص وعبر مؤثرة تناقش مثلًا عاقبة الذنوب وخطورة صديق السوء، وقم بتشغيلها أثناء ذهابكم لأي مكان بالسيارة، فهي فرصة طيبة من الممكن أن تتكرر لمدة كافية أسبوعيا وبدون فرض على الولد بل وكأنها جاءت عفوية، فيعتاد ذلك كلما ركب السيارة تشغل المواد الصوتية النافعة بدلا من الغناء الذي هو مزمار الشيطان.

٣٦. تنبيه الابن بعدم فتح الرسائل مجهولة المصدر، وكذلك الروابط التي تصل بطريقة عشوائية.

٣٧. ربط الابن بأسرته وخاصة أخواته البنات، واستشعار معنى الشرف، وبأن لديه أخوات يجب أن يحافظ عليهن بمحافظته على سمعته،



وكذلـك عـدم الانجـرار وراء مغريات فتيـات أخريات عـبر مواقع التواصل الاجتماعي.

٣٨. زرع الرقابة الشـخصية داخل نفس الابن منذ الصغر، وذلك لا يتأتى إلا بالثقة المتبادلة والتربية القويمة وعدم الشك في تصرفاته.

٣٩. تابـع أصدقاءَه وتحاور معه عن صِفاتهم واهتماماتِهم، ووطِّد علاقتَك بأوليـاء أمورهم للاطمئنان عليهم، وعدَم إعطائه فرصةَ التعرف على آخرين مجهولين.

٤٠. تَحدَّث معه دائمًا عن مراقبةِ الله.

٤١. مُناقشة الهمومِ والأسرار دائمًا برُوح الحبّ.

٤٢. إعطاؤه قدْرًا مِن الثقة المتبادلة.

٤٣. حكاية بعضِ الأسرار له وائتمانه عليها، فيبادلك بأسرارِه.

٤٤. التركيز على الإيجابيات + عدم المقارنة + عدَم الاستهزاء + الثناء عليه والفخْر به.

٤٥. المتابعة القائِمة على دَعْم الثِّقة بالنفْس، وليس الخوف عليه مِن التفلُّت أو الانحراف.

٤٦. حاول الاستماع له أكثر ممَّا نوجِّه له الكلام.

٤٧. التدريب عـلى مهاراتِ اختيار الأصدقاء، وتوضيح أنَّ هناك أصدقاء لديهم صفاتٌ سيِّئة، ولا بدَّ علينا مِن الابتعاد عنهم.



٤٨. تَكليفه ببعضِ المهامِّ التي يُخرِج فيها جهدَه؛ ممَّا يُثبت مِن خلاله القدرةَ على المسؤوليةِ، والاشتراك له في ألعاب رِياضيَّة جماعيَّة ككرة القدَم، بحيث يَشغَل وقتَه على قدْر المستطاع.

٤٩. الثناء والتقدير للنجاح في أيِّ جانب، والتركيز على الإيجابيات لا السلبيَّات.

٥٠. الخروج والفُسَح والتآخِي، لا الأوامر.

٥١. تقوية الجانب الإيماني وخاصة الصلاة فلا تهاون فيها أبدًا وفي المسجد فهو الحاضنة التي ستنقذه كلما حاد عن طريق الله. ﴿ **ٱتْلُ مَآ أُوحِىَ إِلَيْكَ مِنَ ٱلْكِتَٰبِ وَأَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَ ۖ إِنَّ ٱلصَّلَوٰةَ تَنْهَىٰ عَنِ ٱلْفَحْشَآءِ وَٱلْمُنكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ ٱللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَٱللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ** ﴾ [العنكبوت:٤٥].

فبيَّن جَلَّ وَعَلَا أن الصلاة تنهى عن الفحشاء وتنهى عن المنكر، فمن أقام الصلاة كما أمر الله نهته بلا ريب عن الفحشاء وعن المنكرات، فهذا أمر لا بد منه.

٥٢. وإذا كبر وشب فسارع إلى زواجه واجعل هذا هدفا له، قل له: اصبر حتى تتزوج وعاونه بكل ما تقدر عليه، والله سيعينكم على ذلك، ففي الحديث الصحيح قال رسول الله صَلَّى ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «**ثلاثةٌ حقٌّ على اللهِ عونُهُم: المُجاهدُ في سبيلِ اللهِ، والمُكاتِبُ الَّذي يريدُ الأداءَ، والنَّاكحُ الَّذي يريدُ العفافَ**».

٥٣. ونختم حوارنا بخلاصة الكلام لا بد من وجود لغة الحوار مع أبنائنا، الحوار المفقود بين الآباء والأبناء لا بد أن يكون بيننا صداقة متينه ونقاش، ولا نكتفي فقط بتعليق وتوجيه بل نصادقهم ونتقرب منهم أفضل من أن يجدوا ضالتهم في الماسنجر مع محترفين في الإيقاع بهم في المحرمات.

٥٤. و ليحرص الأب أن لا تنتهي جلسة الحوار إلاّ بوعد صادق بعدم تكرار مثل هذه الأفعال؛ لما لها من أضرار بالغه على دين الشخص وصحته النفسية والبدنية.

حفظنا الله أولادنا و أولاد المسلمين







# أمّي، لم أستطع التوقف عن نقر الأزرار!

ترجمة: وائل خان

اسم المدقق: محمد عبد المحسن

**نص المقال:**

لقد كان اتصالًا هاتفيًّا لا ترغب أي أمّ بتلقيه.

منذ حوالي الشهر، ومن خلال موقعي الإلكتروني، تواصلتْ معي أُمٌّ وأخبرتني أنّ ابنها البالغ من العمر أحد عشر عامًا كان يشاهد المواد الإباحية، وهي لا تعرف ماذا تفعل؟ احتاجت للتحدث مع شخصٍ ما، لذلك تبادلنا القليل من الرسائل وأعددنا لاتصالٍ هاتفي.

تكلّمنا في يوم ثلاثاء، وأخبرتني «جولي» بهذه القصة.

ولدي الصغير الجميل:

في الأسبوع المنصرم، «جولي» كانت تتحدث مع ابنها البالغ من العمر ثمانية عشر عامًا عن الحياة.

ففي مرحلة معينة من سنوات مراهقته، عانى قليلًا مع مشاهدة المواد الإباحية، وكانا يتحادثان عن هذا الموضوع في هذه المحادثة بالتحديد.



الابن الأكبر يتحسن جيدًا ولديه بعض وسائل الحماية لإبقائه متعافيًا.

«جولي» لم تعلم بأنّ ابنها البالغ من العمر أحد عشر عامًا، سمع المحادثة وكلمة «إباحية»، وكانت كلمة لم يفهمها.

ففعل «جايسون» ما يفعله معظم «أبناء العصر الرقمي» حينما يبحثون عن إجابات، دخل إلى غوغل وكتب كلمة «إباحية». حدث ذلك يوم الجمعة، وصولًا حتى يوم الأحد، كان «جايسون» يستخدم الحاسوب في المكتب الصغير للمنزل، حين سارت نحوه أخته المراهقة، ولمحت بشكل خاطف شاشة الحاسوب قبل أن يخفيها «جايسون».

ذهبت أخته للأمّ (جولي) مباشرةً، والتي كانت مصدومة باحتمالية أن يكون طفلها اللطيف يشاهد المواد الإباحية، كان الأب قد غادر في رحلة تجارية ولن يعود قبل مساء الثلاثاء.

هدأت الأمّ قليلًا، ويوم الإثنين قامت بمحادثة وديّة ومتسامحة مع «جايسون»، بينما كانت «جولي» تتحدث مع «جايسون»، قال شيئًا لم تفهمه: «أمي، لم أستطع التوقف عن النقر، وكأنّني فقدتُ السيطرة بشكلٍ تام».

حين سمعت «جولي» هذا الكلام، بدأت بالتشكيك في الكثير من الأشياء المتعلقة بتربيتها.



كيف يمكنه الاستمرار بالمشاهدة؟ هو يعلم بأنّ هذا فعل خاطئ! هذا بيت متديّن! هو يعلم ذلك جيّدًا.

## الدماغ مُعدّ للجنس:

الآن نحن في يوم الثلاثاء، بدأت بالإثناء على «جولي» لكيفية مواجهتها هذا الموقف مع «جايسون»، لقد تحدثت مع العديد من الأمهات المُحطمات عاطفيًا واللواتي لم يعرفن كيف يتحدثن مع أطفالهن بعد حدوث شيء كهذا، لكن «جولي» فعلت ذلك بشكلٍ رائع.

بعدها، بدأت بتفكيك قول «جايسون» بخصوص شعوره بفقدان السيطرة.

الحقيقة هي أنّ «جايسون» كان محقًّا.

وأنا أراهن على أنّ ملايين من الفتيات والفتيان والنساء والرجال لن يفهموا بالضبط عمّا يتحدث. النقر على أزرار الحاسوب لساعات، وتخطي الليل بكامله بدون نوم، وعدم الوعي بمرور الوقت، وتركيز مفرط على شاشة تغمر عقلك بإثارة سامة لا يمكن استيعابها.

الدماغ مُعدّ للتحفيز الجنسي، لا شيء يشعل مركز المكافأة بالدماغ كالإثارة الجنسية، تلك الصورة الأولى تتسبب بإفراز الدوبامين، وهي مادة كيميائية تسبب تركيزًا قويًّا بالإضافة إلى تحفيز وطاقة صلبة، وسلوك آليّ



مُوجّـه نحو الهدف، خمّن ماذا؟ هذا الدوبامين يؤدي لشـعور رائع، وتجعلك تريد «الاستمرار، الاستمرار، الاستمرار!».

وهنا يُفترض بقشرة الفص الجبهي أن تلعب الدور الرئيس، إنّه الجزء من الدماغ المسـؤول عن قوة إرادتنا، وتنظيم سلوكنا، واتخاذ القرارات المبنية على الحكمة والأخلاق، لكن بالنسبة لصبي في الحادية عشرة من عمره، هذا الفص الجبهي ليس ناضجًا كما يُفترض أن يكون لدى الكبار، إضافةً إلى أنّ الجرعات العالية وغير الطبيعية من الدوبامين والتي تُفرز أثناء ترسّخ المشاهد الإباحية، تؤدّي إلى تحلّل مستقبلات الدوبامين، مسبّبة ضعفًا في الفص الجبهي.

عادةً، يقـوم الفص الجبهي بالتحكم التنفيـذي برغباتنا، لكن عندما يتم إضعاف هذه المنطقة من خلال المشاهدة المستمرة للمواد الإباحية، تتآكل قوة الإرادة، وليـس هنـاك شيء بإمكانه إيقاف الرغبة بمشـاهدة المواد الإباحية، لذلك، فإنّ الإنسـان لا يشـعر فقط بالرغبة، بل بحاجة ماسّة، حرفيًا، يصبح عبدًا للإباحية، عاجزًا عن التوقف.

## أربع خرافات عن الأطفال والإباحية:

هنـاك بعض الـدروس الجاهزة من هذه القصة، لأنّهـا قصة رائجة جدًّا، يتـم تداولها ضمن المنازل وفي كافة أرجاء العـالم اليوم. «جولي»، مثل العديد من الأمهات الصالحات، اعتقدت بخرافات تستحق الإيضاح.



### ١- طفلي ولد صالح، ولن يفعل ذلك:

كما اكتشفت «جولي»، فإنّ قصة «جايسون» مع الإباحية والتي استمرت لثلاثة أيام ليس لها أي علاقة مع كون «جايسون» فتى صالح أو سيّء، لقد تصرّف بفضول، والجهاز العصبي قام بالباقي، على الأرجح، فإنّ الدرس الأهم هنا هو أنّ «جايسون» لم يحظَ بأي تثقيف عن كلمة «إباحية»، ولم يكن لديه أي أدوات لكي يعرف ماذا يفعل حين شاهد المواد الإباحية، ليست القضية في احتمالية أن يشاهد الطفل المواد الإباحية، بل متى سيشاهدها؟

### ٢- لو شاهد طفلي الإباحية، هو/هي سيغض بصره:

مجددًا، هو/ هي ربما يريد غض بصره، لكنّ الرغبة قوية، والعدو ينقض بسرعة هامسًا: «نقرة واحدة إضافية لن تضر أي أحد»، وهي همسة قاتلة، مرة أخرى، تذكّر درس الأعصاب المذكور أعلاه، بالنسبة لأي شخص عانى مع هذا الإدمان، يستطيع أن يؤكد الرغبة المؤدية للشلل وبالتالي لمتابعة المشاهدة.

### ٣- الإجراءات التي اتخذتها تُعتبر كافية جدًّا:

بصوتٍ مذنب، اعترفت «جولي» بأنّهم حين اشتروا الحاسوب الجديد في كانون الأوّل الماضي، لم يقوموا بتثبيت أي برنامج مراقبة أو حماية على الجهاز، لقد كان هذا إدراكًا ساحقًا لها بأنّ الأهل هم الملامون بالدرجة

الأولى لاكتشافات «جايسون»، ليس هناك مكان للتربية الحيادية (أو المنفتحة تمامًا) في العصر الرقمي، فالنوافذ المفتوحة على الإنترنت ينبغي حمايتها.

**٤- هذه مشكلة لدى الفتيان فقط:**

كان ذلك صحيحًا بشكلٍ جزئي، ولكنّه يصبح أكثر خطأً في العصر الرقمي، مع ازدياد تعلّم الفتيان بأنّ الفتيات هنّ عبارة عن أجسام جنسية ينبغي إخضاعها، فالفتيات بدورهن يقابلن ذلك بأن يصبحن مثل المواد الإباحية التي يشاهدنها من خلال التكنولوجيا، ويأملن بذلك أن ينلن إعجاب وملاحظة الفتيان.

غوغل لا يتعب أبدًا، ونحن كذلك! في العصر الرقمي، يجب على الأهل أن يكونوا يقظين ومشاركين ومطّلعين، بإمكاننا تعليم أطفالنا كيفية استخدام التكنولوجيا بحكمة، لكن ذلك يتطلب عملًا دؤوبًا، تستطيعون القيام بذلك!

(*): تم تغيير الأسماء.





# ما الذي ترغب في أن يعرفه والداك عند معالجة قضية المواد الإباحية؟

**نص المقال:**

طُرح سؤال على عدد من المراهقين:

**السؤال: ماذا ترغب في أن يعرفه والداك عند معالجة قضية المواد الإباحية؟**

وكانت الإجابات كالتالي:

«أتمنى لو قالا لي أن إدمان الإباحية موجود، فكان يمكن أن يكون هذا مفيدا، والدي لم يبلغاني أبدا بذلك».

«أتمنى أن يكونا قد فهما أن خجلهما مني هو الذي أدى إلى أن أداري عنهما مشكلتي».

«أتمنى أنهما يعرفان أنه ليس بإمكاننا دائمًا السيطرة على سلوكياتنا الخاطئة، والتي نريد تغييرها، ولكن في بعض الأحيان نحن فقط نتعثر ونعْلَقْ ولا نعرف أن نتحرك، ولا نعرف كيف نخلص أنفسنا».



«كنت أتمنى أن والديَّ يعرفان كيفية معالجة ذلك والتحدث عنه علنا دون الشعور بالخجل أو بالاشمئزاز، فالإباحية اليوم جزء من وسائل الإعلام».

«كنت أتمنى أن والديَّ يعرفان أنه ليس من غير الطبيعي أن يريد الأطفال فعل هذا، والقسوة في التعامل مع أشياء من هذه الطبيعة لن يساعد أي شخص يعاني منها».

«كنت أتمنى والديَّ يعرفان أنه ليس الموضوع متعلقًا بـ«لو» حدث سأكلمه، ولكن الحقيقة هي «متى» سيحدث؟ ثم نتحدث دائمًا عن الأشياء بهدوء كلما ظهرت، أتمنى أن يكونا على علم بهذا ويبدءان في الحديث معنا وتدريس هذا في وقت مبكر، ولا يبدءان بالتحدث إلينا عندما نبلغ الـ١٣ عامًا، ويجب أن يكون هذا الحديث ثابتًا وملائمًا لعمرنا».

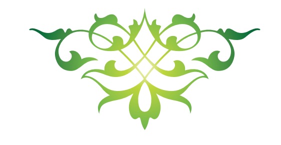
«كنت أتمنى أن والديَّ يعرفان أن الناس الصالحين في بعض الأحيان يرتكبون أفعالا سيئة، وينطبق هذا على مفهوم المواد الإباحية، فلقد اكتشفا ذات مرة أن صديقًا لي يعاني من تلك المشكلة، فأرادا مني ألا أتحدث إليه أو أرتبط به بعد تلك اللحظة، على الرغم من أنه شخص جيد حقا، ولكنه يعاني من تلك المشكلة!».



«أتمنى أن يكونا قد علماني بعضًا من اللغة المرتبطة بصناعة المواد الإباحية، فأنا صادفت المواد الإباحية؛ لأنني كنت أبحث عن كلمات وعبارات سمعتها في المدرسة، كنت خجولة جدًّا، ولم أكن أعرف أن أسأل والديَّ من أول مرة».

«أتمنى أن والديَّ يتكلمان معي في تلك المشكلة بصفة شخصية، ولا يكنساها تحت السجادة».

«أتمنى أن يكونا قد علماني كيف تؤثر الإباحية على ممثليها، وما الأسباب التي تؤدي بهم إلى الإباحية؟ (إساءة استخدامهم وليس لهم أي مكان آخر يذهبون إليه)، ويحكيان لي عن قصصا مآسيهم ويبصرانني مباشرة بما وراء الكواليس وما يحدث حقًّا هناك».







# فصل

# كيف أتحدث مع أطفالي عن الإباحية؟[١]

## الصحة الجنسية:

## ٤ إستراتيجيات سهلة للآباء والأمهات للتحدث إلى أطفالهم

اسم المترجم: Muhammad Elsalamony

اسم المدقق: محمد حسونة

**نص المقال:**

قبـل بضع سـنوات طلبت من أطفـالي أن يُقيِّموا (عـلى مقياس من ١ إلى ١٠) انفتاحي في التحدث إليهم حول الصحة الجنسية والحميمية، واحد من أولادي أعطاني بسـخاء ثلاثة !!! وهـذا لم يكن بمثابة أي صدمة كبيرة، فقد

---

(1) *Sexual Health: 4 Strategies For EASY Parent/Child Talks. (2017). Parents Aware. Retrieved 7 July 2019, from http://parentsaware.info/index.php/2017/05/11/sexual-health-easy-parentchild-talks/?fbclid=IwAR1GRp5y9Lr12vsBEwRPIe5zC-VfAK05m3vMahtIKdNsZmBtLHBQ2EdEcYM*



كنت أعرف أن لدي عملًا للقيام به، بطريقة أو بأخرى كنت بحاجة إلى إيجاد وسيلة لجعل «الحديث» يحدث بشكل طبيعي ومنتظم.

أدركت أنه إذا أردت حماية أطفالي من التأثيرات السلبية لوسائل الإعلام (بما في ذلك المواد الإباحية) كان علي أن أكون خبيرا في المواد الجنسية – على الأقل في عيون أطفالي–، فإذا لم أكن على استعداد لمناقشة الجنس بشكل مريح في بيتنا فكيف لي أتوقع ألا ترى أطفالي وسائل الإعلام كمقياس لما هو غير مناسب؟

في هذا الموضوع سأتناول أربعة طرق عملية أستخدمها حاليا الآن لتحسين قدرتي على التحدث بصراحة مع أطفالي حول الصحة الجنسية.

### ١- أنا شريكة مع التعليم العام:

إنه الربيع، وهذا يعني أن المدارس الابتدائية في جميع أنحاء البلاد قد بدأت وحداتٍ عن الصحة الجنسية في الفصول الدراسية، وقد قررت المشاركة بشكل نشط هذا العام، أنا لن أذهب إلى الصف، ولكنني سأشارك تماما في تعلم طفلي.

قلت لأطفالي في بداية العام أنني: كنت أتطلع حقا إلى هذه الوحدات الدراسية، وطلبت من كلٍّ منهم أن يسمحوا لي أن أعرف عندما يستعد



معلموهم لمعالجة هذا الموضوع، وأسعدني أن ابني البالغ من العمر ١٣ عامًا جاء لي قبل بضعة أسابيع وقال لي بالضبط ما كان عليه.

وعندما سألت عن المزيد من ابني قال لي: أن مستواه الصفي -الثامن- سيعقد صف الصحة الجنسية مرة واحدة في الأسبوع على مدى ستة إلى ثمانية أسابيع مقبلة، رائع! وهذا من شأنه أن يوفر لنا الكثير من الوقت لمراجعة ما نوقش في الصف في المنزل، إذا كنت تفكر في ذلك يمكن لبضع دورات في أربعين دقيقة في المدرسة طرح المزيد من الأسئلة عن الأجوبة، فمن الأفضل للآباء والأمهات أن يكونوا على استعداد لملء القطع المفقودة بالإجابة على تساؤلات الأطفال.

### ٢- أن أضع نفسي كخبير:

وبعد بضعة أيام وجدت لحظة هادئة لإعداده للمناقشة القادمة، وقرأنا معا قائمة بالمواضيع الرئيسة التي يمكن تناولها:

- مناقشات حول النشاط الجنسي.
- الهوية الجنسية، التوجه الجنسي، ومفهوم الذات.
- صنع القرار ومنع الحمل.
- العلاقات والحميمية.

**أولًا:** لقد تأكدت من أن ابني يفهم المفردات التي كنا نستخدمها، على سبيل المثال منع الحمل، وهو مفهوم كبير جدًّا للطفل، استعرضنا من أين يأتي



الأطفال، وناقشـنا أن الأزواج أحيانًا يريدون تجنب الحمل عندما يمارسـون الجنس، كما ذكرت باختصار ما هو الواقي الذكري وكيف يتم استخدامه،

تحدثنـا أيضًا عن المواعدة، سـألته: لماذا يعتقـد أن الناس تحب المواعدة؟ ولمـاذا من المهـم ألا يتواعدوا في وقت مبكر جدًّا؟ وتحدثنـا أيضًا عن الجنس باعتبـاره واحـدا من أعظم الالتزامـات العاطفية التي يقوم بها الفرد، سـألته أيضًـا: لمـاذا يعتقـد أن المراهقين غالبا ما يشـعرون بالضغط لممارسـة الجنس في وقت مبكر قبل أن يكونوا مسـتعدين عاطفيًّـا لذلك؟ وأخيرًا، تحدثنا عن الـزواج ولماذا يعـد الجنس عنصرًا مهمًّا في زواج سـعيد؟ لقد أكـدت له أنني ووالده نحب ممارسة الجنس مع بعضنا البعض؛ فابتسم ابتسامة صغيرة.

إذا كنـت لا تعـرف ما هـي المناهج الصحيـة لطفلك، فابحـث عنها، أو أفضل من ذلك تحدث مباشرة مع معلم طفلك واسأله: كيف أنه / أنها تقوم بالاقـتراب مـن هذا الموضوع، وذلـك من خلال وجود حـوار مفتوح حول الصحة الجنسـية في المنزل، وسيراك طفلك بطبيعة الحال كخبير، وإذا لم يتفق شيء ما مع طفلك في المدرسـة، فسيكون من المرجح أن يأتي طفلك إليك مع الأسئلة حول ذلك.



### ٣- مشاركة ولعي وشغفي للجسم البشري المدهش:

وكان معلم ابني في الآونة الأخيرة قد طلب من الطلاب أن يملئوا مخططا للجسم الأنثوي، وفي الأسبوع التالي سيتم مناقشة ذلك، كما تحدثوا عن فترات الحيض والحمل.

معرفة كل هذا كان كثيرا؛ ليتم استيعابه، وكنت متأكدة بأنه كان لديه أسئلة، ولكن هل سيكون قادرا على التعبير عنها؟ - على الأغلب: لا-. بدلًا من نخسه بشكل محرج طالبة للمعلومات صرخت: «هذا مدهش جدًّا!» ثم ذهبنا للعثور على كتاب كبير عن التشريح البشري.

اتسعت عيناه حيث وضعت كتابا بحثيا على الأرض أمامنا، كان مليئًا بمخططات العضلات والهياكل العظمية، أنا أمزح لقد أعطتة لي هذه الجدة قبل بضع سنوات على أمل أن تكون مصدر إلهام لأحد أطفالنا لدراسة الطب.

فتحنا على الفهرس لمعرفة الصفحات التي تفصل الجهاز التناسلي للإناث، مع فتح الكتاب قضينا بعض الوقت في محاولة لاستدعاء جميع المصطلحات التي تعلمها في الصف: قناة فالوب، والرحم، والمهبل الخ، اكتشفنا أيضا أن كتابنا كان يحوي الكثير من الكلمات التي كانت جديدة لكلينا على حد سواء، ولأنني بقيت متفائلة ومتحمسة للحديث عن هذه الأمور كما فعل هو فإن

وجـود الكتـاب كان أقل أهمية بكثير من موقفي، لقد ناقشـنا علنًا كيف تنمو البويضات المخصبة نفسها في الرحم، وتبدأ عملية انقسام الخلايا.

لم تكـن هذه أول محاولة لنا في هذه المناقشـة، ولكن ربما كان ذلك أفضل ما لدينا، سـأعترف: لقد فشلت بشـكل منطقي في مناسبات أخرى، شعرت بحالـة جيـدة لتخليص نفسـي، كان ابنـي مفتونًا على المسـتوى العلمي، كان يتعلم، وكنا نترابط في نفس الوقت.

### ٤- أن أبقى متقدمة خطوة عن المعلم:

ثم حولنا الصفحة إلى الجهاز التناسـلي للذكور، نهجي هو أن يتعلم أطفالي مني ما هو عادي وطبيعي لكلٍّ من علم وظائف الأعضاء لدى الذكور والإناث، وهذا يترك فرصة أقل بالنسبة لهم ليشعروا بالخلط والحرج في الفصول الدراسية، أريدهم أن يشـعروا بالثقة بأن يسـألوني عن أي شيء، أنا أذكر لهم باستمرار أن المعلومـات الموجودة على الإنترنت أو التي قيلت لهم من قبل أصدقائهم يمكن أن تكون مضللة، وغالبًا ما تكون محفوفة بالمخاطر جدًّا.

تحدثنـا عن الانتصاب، والأحـلام الرطبة، والقـذف؛ للتأكيد على مدى طبيعية هذه الأشياء، وقد ذكرت حتى أن بعض الأولاد لديهم انتصاب، كان يعتقـد أنه شيء مضحك جدًّا عندما أخبرته عن تلك الأوقات التي والده أو



أنـا اضطررنا لتغيير حفاضـات الأطفال والانتصاب في وقـت غير أوانه، بما يعني نافورة من البول مباشرة في الهواء.

وأوضحت أنه عندما يبدأ جسم الصبي لإنتاج الحيوانات المنوية يريد أن يجد وسيلة للتخفيف عن نفسه به، وليس على عكس تحرير البيض من خلال دورة الطمث للفتيات، الأولاد لديهم انبعاثات ليلية -أو ما نسـميه الأحلام الرطبة أو الاحتلام- ويتم إطلاق الحيوانات المنوية من خلال القذف.

تخيلـت مـا يمكن مناقشـته تاليًـا في الصف، ونبهـت ابنـي أن معلمه قد يذكر الاستمناء، سألته إذا كان يعرف ما هو، اعتبرت تحديقه الفارغ كمؤشر على أن بعض التفسـير كان ضروريا، تراجعت إلى الحد الأدنى وقلت له: إن الاسـتمناء هو عندما يجعل الصبي نفسـه يقذف، وعدته بأن أبيه سـيتحدث معه أكثر عن هذا قريبا جدا رجل إلى رجل.

كنت أعرف من التجربة السابقة مع المدرسة أن المعلم قد يقول له أنه من الشـائع بالنسـبة إلي الأولاد اللجوء إلى الاستمناء بمشـاهدة المواد الإباحية، لذلك قررت أن أتحدث معه مباشرة عن هذا أيضًا، ذكّرت ابني بأنه لمجرد أن شـيئًا ما شـائع لا يعني أنه من الحكمة فعله، ثم اسـتعرضنا العديد من مخاطر استخدام المواد الإباحية، بما في ذلك الإدمان.



وإلى جانب الحديث مع ابني، أشرت إلى التحدث مع معلمته في وقت سابق من العام الدراسي، قلت لها: إنني كنت سعيدة عموما بالمناهج الدراسية، ولكنني شعرت بخيبة أمل؛ لأنها لم تتناول المواد الإباحية باعتبارها مصدر قلق صحي، ثم تابعت مع عدد قليل من المقالات والروابط لمكافحة المخدرات الجديدة.

**النتائج:**

لست مضطرة لأطلب من أطفالي بعد الآن أن يُقيِّموا قدرتي على التحدث معهم عن الجنس، أعرف أنني أقوم بعمل عظيم، أستطيع أن أقول هذا من خلال الطريقة التي يستجيب بها أولادي لهذه المحادثات، عندما أقترح وجود بعض الوقت للدردشة شخص لشخص، فهم حريصون على المشاركة، أنا أفهم الآن أنه كلما تحدثنا عن الجنس بأسلوب مهذب في بيتنا؛ كلما أصبح من السهل مواجهة التأثير السلبي الذي يؤثر على أطفالنا من خلال وسائل الإعلام.

ولكن فقط لإراحة أي من المشككين بينكم، سألت ابني البالغ من العمر ١٣ عامًا هذا الأسبوع: كيف كانت تجربتك للتعلم عن الصحة الجنسية هذا العام مقارنة بالعام الماضي؟ فكر في لحظة وقال: «هذا العام هو أفضل؛ لأنني أفهم ما نتحدث عنه فعلًا» ثم سألته إذا كان يعتقد أن الفرق هو أن لديه



معلمًا جديدًا، أو له أي علاقة مع محادثاتنا في المنزل، لم يتردد لحظة وقال: «إنه بسبب ما علمتني يا أمي ...!».

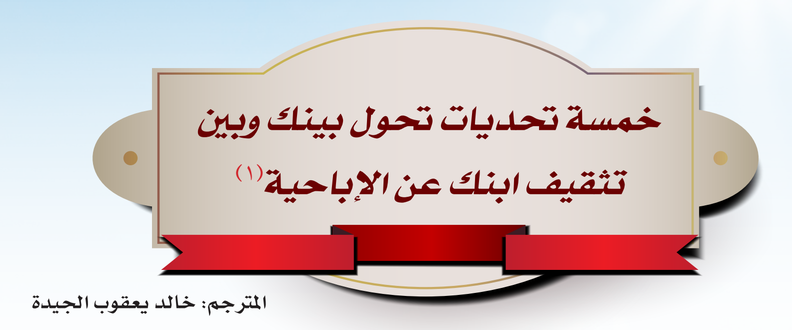
## أنت تستطيع فعل ذلك:

أنت لست وحدك إذا كنت تشعر بالحساسية والخجل من الحديث عن الجنس مع أطفالك، بالنسبة للكثيرين منا لم نكبر في منزل حيث حدث هذا بشكل طبيعي، كانت البداية أكبر تحدٍّ لي، ومع ذلك، بمجرد أن أصبحت مرتاحة يمكن لأطفالي الآن التطلع إلى وقتنا معا بغضِّ النظر عن الموضوع.

ما كنت بحاجة إليه هو العثور على عادة، بالنسبة لي جاء ذلك من خلال الاقتراب عن طريق «محادثاتنا» مع الحب الحقيقي والحماس، سيكون لكل والدين أسلوب فريد من نوعه، ولكن يمكن لكل والد وطفل المرور بهذه التجربة معًا.







# خمسة تحديات تحول بينك وبين تثقيف ابنك عن الإباحية[1]

المترجم: خالد يعقوب الجيدة

## نص المقال:

هل تشعر بالحيرة والتردد عندما تريد تثقيف ابنك عن الأمور الحساسة الحاصلة في المجتمع مثل الإباحية من أجل تحصينه؟ لا تقلق فحالتك مثل بقية الآباء.

أجريت دراسة على آباء لأطفال في مرحلة الإعدادية / المتوسطة ووجدوا أن هناك خمسة تحديات تحول بينهم وبين الحديث مع أطفالهم عن خطر ذلك الداء، وسنوضح كيف يمكن تخطّي تلك التحديات بعد شرح إيجابيات النقاش الصريح بين أفراد الأسرة.

(1) *Evans, M., & Evans, M. (2017). How to Talk to Kids about Porn: Research Reveals 5 Obstacles to Overcome. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2017/09/14/how-to-talk-to-kids-about-porn/?fbclid=IwAR0FJ3hjtxNSqSmVK8_0OK3Y2YxiFWQb9k3-d0E_2rQnymMU6gxoei7Be2E*



## فائدة النقاش الصريح:

لا شك أنك متيقن بفائدة النقاش الصريح بين الأب وابنه، بحيث يخبر الطفل الأب ما يجول في خاطره وهو مطمئن بأنه لن يزجر أو يعاقب بل سيرد عليه بالحجج المنطقية، ومن أهم الفوائد التي سيحصل عليها الطفل هي:

- شخصية أقوى.
- صحة نفسية أفضل.
- تقدير للذات.
- تحسن مهارات التعامل لديه.

بالإضافة إلى ذلك فإن الأبناء سيرتبطون بآبائهم، وسيتّبعون تصرفات الأب بدافع داخلي منهم ومن دون حاجة للإكراه من قبل الوالدين، وسيخف عناد الطفل تجاه توجيهات أبويه، وذلك يسهل من خلال اجتياز الخمسة تحديات في تثقيف الطفل عن الإباحية.

## التحديات الخمس:

### ١. عدم معرفة الأبوين بعمق مشكلة الإباحية:

- وقوع الطفل في الإباحية أسهل من تجنبها.
- تقريبًا معظم الأطفال سيتعرضون للإباحية قبل دخولهم لمرحلة الثانوية.



- ١ من كل ١٠ زائر للمواقع الإباحية يكون طفل.
- يتعرض الطفل أحياناً لضغوط من أقرانه لكي يشاهد الإباحية.
- والأطفال الصالحون سيصبح لديهم فضول عن ماهية الإباحية.

وينبغي على الآباء أن يعلموا بأن إباحية اليوم تختلف عن إباحية زمانهم حيث كانت فقط مجرد صور، لكن إباحية اليوم أشد فتكًا إذ تحتوي على أفكار منحرفة وعنف، وبالمناسبة فإن ٨٨٪ من محتوى الإباحية فيه إساءة للمرأة لفظيًّا أو جسديًّا، ويبين د. فوبيرت بأن التعرض المستمر للإباحية تشوه مفهوم الجنس السليم لدى الطفل وترسم لديه صورة سلبية عن ذاته.

**الحل:** عند معرفة الآباء عمق الإباحية وإلى أي مدى من السوء وصلت إليه سيدق ناقوس الخطر لديهم، وسيعرفون مدى أهمية توعية أطفالهم عن ذلك الأمر.

### ٢. تعريف الإباحية:

قم بهذه التجربة واسأل ٢٠ بالغًا عن تعريف الإباحية، والمتوقع أن لا تحصل على تعريف موحد فيما بينهم. وإن كان الأمر يصعب على من نضجت عقولهم فكيف بمن هم لا زالوا في طور البناء؟ لذلك ينبغي على الآباء أن يعطوا تعريفا يتناسب مع سن أطفالهم؛ لكي يفهموا ما هي الإباحية ويمكن تعريفها على أنها: محتوى تم إعداده خصيصًا من أجل إثارة



الشهوة الجنسية عن طريق الخلاعة أو الحركات الجنسية أو أي معلومة تتعلق بالجنس.

ولكن قد يكون ذلك التعريف فوق مستوى الطفل فلذلك قد يكون الحديث بين الأم وطفلها على هذا النحو، الإباحية تعني صورًا، فيديوهات، رسوما متحركة لأشخاص مع القليل أو بدون ملابس تستر أجسادهم.

**الحل:** عندما يكون لدى الآباء تعريف واضح يناسب سن طفلهم فإن الرسالة ستكون أوضح وأكثر فهمًا، وسيكون مستعدًا لرفض ذلك المحتوى عندما يراه.

### ٣. كسر حاجز الخوف لدى الأبوين:

لو نشأت في أسرة تلتزم بمبادئ الحوار فيما بينهم البين وتتناقش في المواضيع الحساسة مثل العلاقات المحرمة في حدود الأدب، فيمكننا المراهنة على أن أبويك لم يتحدثا معك بشأن الإباحية؛ لأننا نعتبر أول جيل ينبغي عليه توعية أطفاله تجاه خطر ذلك الداء.

غالبًا ما تواجه الأم تحديات في التحدث مع طفلها بشأن ذلك الأمر، ولكن ينبغي علينا أن نتذكر بأن الحوار البنّاء بين الوالدين وطفلهم مهم من أجل حمايته من ذلك الداء، كلما عرفت أكثر عن كيفية تثقيف طفلك حول تلك المشكلة، فإن ذلك يزيد من ثقتك للطرح ويقلل خوفك.

**الحـل:** عندما يجتاز الأب مرحلة الخوف ويبادر في توعية طفله عن ذلك الـداء فإن ذلك يكسر حاجز الخوف لديه مـن الحديث مع الابن في مثل هذه الأحاديث.

### ٤. معرفة أن كل طفل قد يكون فريسة لمشاهدة الإباحية:

مع تزايد معدلات الأطفال الذين يشاهدون الإباحية أجاب أحد الآباء على اسـتفتاء حول إدمـان الإباحية بـأن طفله مهذب، ولا يظنـه بأنه يمارس ذلك الشيء.

وتكمن الخطورة في ذلك النوع من التفكير بأنه يساعد على خلق بيئة يقع فيها الأطفال الصالحون فريسـة سـهلة لمشـاهدة الإباحية من دون أدنى علم عن ضررها أو كيفية التصدّي لها.

عندما يكون الطفل غير مدرب على التصدّي لتلك الإباحية فإنه يسـهل استمراره، ولو كانت تسبب له الضيق وذلك بسبب إدمانه عليها.

**الحل:** عندما يسلم الأهل بحقيقة أن كل طفل معرض للإباحية سيبدءون بخلـق بيئة سـليمة للطفل مثل التأكد من وجـود برامج حجب الإباحية على جهاز الطفل لمنع أي مشاهدة مفاجئة بالإضافة إلى توعيته.



### ٥. عدم جاهزية الوالدين نفسيًّا لصدمة بأن الطفل قد شاهد الإباحية:

عندما يظن الوالدان أن ابنهما بعيد كل البعد عن مشاهدة الإباحية، ولا يشرعان في توعيته، فإن رد فعلهما عندما يعلمان تكون أحيانًا في غاية السلبية، وبدلًا من معالجة الطفل يبدآن في تعنيفه؛ مما قد يجعل الطفل يزداد في المشاهدة.

لن ينفع التعنيف والسب في ذلك الوقت، كل ما تحتاج إليه هو حوار هادئ يتعلم فيه ما هو الخطأ؟ وكيف يمكن إصلاحه؟ إن كنت قد مارست التعنيف في الماضي فلا تقلق لا زال هناك فرص للإصلاح والتنعم بأسرة آمنة.

**الحل:** عندما يكون الأبوان على علم بأن هناك احتمالية لوقوع طفلهم في مشاهدة الإباحية كبقية الأطفال، يمكنهم الاستعداد لذلك الأمر من أجل أن تكون ردة فعلهم إيجابية في حال -لا قدر الله- وقع طفلهم في ذلك الوحل، ونحن لا نقول هنا: توقعوا حدوث السوء لطفلكم، ولكن دربوا أنفسكم على أن لا تصبوا لجام غضبكم على ذلك الطفل البريء، وردّ فعلكم الإيجابي سيعين الطفل بعد عون الله على تخطي تلك المحنة.

من حق الطفل أن يعي مدى خطر ذلك الداء؛ لكي يكون على علم بضرره، ولكي لا يقع فيه بسبب جهله عن مدى فساد ما يشاهد، اختر تحديًا من التحديات الخمس التي تمت مناقشتها اليوم، وحاول تخطيه لكي تنعم بأسرة سليمة خالية من ذلك المرض.





# كيف تتحدث مع أطفالك حول الإباحية؟

## نص المقال:

عندما يتعلق الأمر بالثقافة الإباحية فهناك الكثير للتركيز عليه عند محاولة إبقاء أطفالك والمراهقين آمنين وكيفية الحديث معهم حول الإباحية:

### ١ - تَعرَّف على مشاعرك الخاصة:

عند التحدث إلى الأطفال والمراهقين عن الإباحية، أول شيء يجب القيام به هو فحص تفهمك الخاص ومعتقداتك حول الموضوع.

هـذا أمر مهـم؛ لأن نظام الاعتقاد الشـخصي لدينا يلعـب دورًا كبيرًا في كيفية توصيل المعلومات.

هل تشاهد الإباحية؟ وكم عدد الأفلام الإباحية التي تشاهدها؟ وكيف تعتقـد أن الإباحية تمثل الرجال؟ وكيف تمثل المرأة؟ وما هو الجنس الصحي الشرعي؟ وهل الإباحية تمثل الجنس الصحي الشرعي؟

### ٢- تعلم الحقائق:

الإباحية اليوم ليست ما كانت عليه في الأجيال الماضية، الإباحية اليوم الوصول إليها سهل ومليئة بموضوعات الهيمنة والاغتصاب والإذلال، ومن المهم أن تكون على دراية بالإباحية التي يتعرض لها الأطفال والمراهقون والطرق التي يمكنهم الوصول إليها.

### ٣- كن استباقيًا:

انتبه إليها قبل أن تصبح مشكلة، فالتحدث إلى الأطفال والمراهقين مبكرًا حول وسائل الإعلام المناسبة وغير المناسبة وحول استخدام التكنولوجيا والعلاقة الجنسية، هو شيء ضروري فمن المهم أن تكون استباقيا بدلا من الرد على شيء أصبح بالفعل مصدر قلق.

وشجع أطفالك على التحدث معك إذا واجهوا في وقت ما على الإنترنت شيء يشعرون أنه غير مناسب، هذه المحادثات يمكن أن تكون وقائية وتسليحا لهم عند التعرض لشيء غير مناسب.

### ٤- أمان الإنترنت:

جزء كبير من إبقاء الأطفال والمراهقين آمنين هو مراقبة ما يتصفحون وما يشاهدون.



الأطفال والمراهقون يجب أن لا يتصفحوا الإنترنت بدون إشراف ومراقبة، واسمح لأطفالك أو الذين في سن المراهقة يعلمون أن هناك محتوى على الإنترنت أنت لا تريدهم أن يشاهدوه، وأيضًا الأطفال والمراهقون يستفيدون من رقابة الوالدين ويتمكنون من الوصول إلى الضوابط الأبوية وكيفية استخدامها، دع أطفالك والمراهقين يعرفون أن زيارة المواقع الإباحية شيء غير مقبول.

### ٥- الأجهزة:

أجهزة الكمبيوتر أو اللاب توب أو التابلت أو الهواتف الذكية........!

من المهم أن تكون رقيبا على الأجهزة التي يستخدمها أطفالك أو من هم في سن المراهقة، وأيضا متابعة ومراقبة التطبيقات ووسائل التواصل الاجتماعي والألعاب والرسائل والبريد الإلكتروني من الأمور التى يجب أن تقوم بها بشكل دوري ومنظم، أخبر أطفالك أنه من المهم أن يخبروك باسم المستخدم وكلمة السر الخاصة بهم على وسائل التواصل الاجتماعي؛ لكي تتحق منها بشكل مستمر كوسيلة لإبقائهم آمنين وأيضًا المناقشات حول إرسال الرسائل النصية وإرسال محتوى غير لائق أو نشره أمر لا بد منه!



### ٦- تعليم الجنس:

الجنس موضـوع خطير، وهو موضوع يبحث عنه الأطفال والمراهقون عادة، فالجنس شيء طبيعي موجود بداخلنا والأطفـال والمراهقون يريدون أن يعرفوا عنه ويكتشـفوه، فكلما كنت أكثر صدقًا وتعليمًا عن الجنس، بدءًا مـن سـن مبكرة، كلما قل احتـمال أن يتطلع الطفل أو المراهـق إلى إجابات في أماكـن أخـرى، وإذا فعلت ذلك، فمن المحتمل أن يكونـوا أكثر وعيًا وتفهمًا لما يجدونه، كونك منفتحًا وصادقًا مع الأطفال والمراهقين عن الجنس يساعد هذا على حمايتهم من الإيمان بالخرافات الضارة.

### ٧- المسموح والمرفوض:

عندمـا تتحـدث إلى أطفالـك والمراهقين عن الجنـس والإباحية،علمهم الحدود الصحية والمسموح بها، أخبرهم عن أهمية وجود الثقة في الأشخاص الذيـن سـيصبحون أزواجهم، دعهـم يعرفون أن لديهم دائـمًا الحق في رفض اللمـس أو القيـام بأشـياء جنسـية أو حميمية تجعلهـم يشـعرون بالراحة قبل الزواج، ويجب أن يحترموا حدود الله ثم الآخرين.

### ٨- هيا نتحدث (وسائل الإعلام):

تحدث مع أطفالك عن خطورة الرسـائل الجنسية المختلفة التي تعرضها وسـائط الإعلام مـن اللاإنسـانية والاسـتغلال الجنسـى للفتيـات والعنف



الجنسي، والحديث عن هذه الرسائل الاعلامية هو جزء هام من الحفاظ على الأطفال والمراهقين آمنين.

### ٩- استخدام لحظات للكلام والاستماع:

إذا كان طفلك يأتي إليك بالمواد الإباحية أو إذا كنت قد قبضت عليه وهو يبحث في المواد الإباحية فعليك أن تسأل أسئلة وتكثر من الاستماع إليه، بالنسبة للآباء والأمهات والبالغين، أفضل شيء يمكننا القيام به هو طرح الأسئلة لفهم السبب والاستماع لهم وهم يجيبون، من المرجح أن المراهقين لن يرغبوا في إجراء محادثة متعمقة حول الموضوع، إذا كان هذا هو الحال استدعِ طرفًا جديرًا بالثقة آخر لإجراء محادثة أكثر عمقًا.

### ١٠- لا تشعر بالعار:

فالجنس هو شي يمكن التحكم به، ولكن خلط الجنس مع العار ليس شيئا جيدًا، فإذا شعر طفلك أو المراهق بالخجل أو الذنب بشأن أفكارهم الجنسية، وفضولهم، فمن المحتمل أن يضر لك بمستقبلهم الجنسي المشروع.

### ١١- الدماغ:

الطفولة والمراهقة هو وقت صعب جدًّا للدماغ، ليس فقط الدماغ قيد الإنشاء (أي أن قشرة الفص الجبهي، التي تسيطر على الاندفاع، لم يتم تطويرها تماما)، ولكن المرونة العصبية في الدماغ هي في كل وقت عالية،



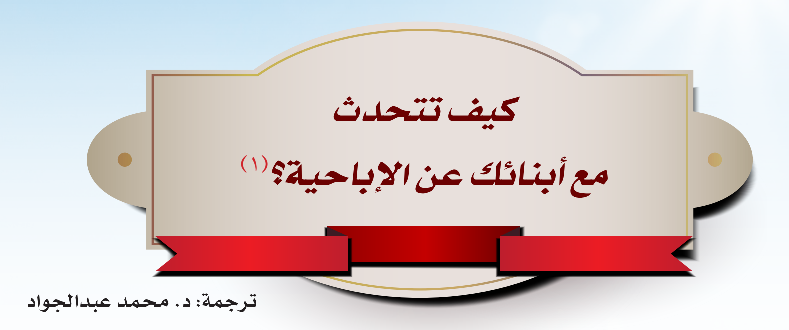
وهذا يعني أن الدماغ شديد التأثر ويمكن للأطفال والمراهقين أن يصبحوا مشغولين أو مدمنين على الإباحية.

## ١٢- معرفة علامات التحذير:

بالنسبة لبعض الأطفال والمراهقين، وخاصة المراهقين، من المهم معرفة علامات التحذير من احتمال الإدمان، إذا وجدت أن طفلك أو المراهق يقضي الكثير من الأوقات على أي نوع من الأجهزة، أو يهملون الواجبات أو الأنشطة، ويقضون الكثير من الوقت في غرفتهم، ويبقون إلى وقت متأخر من الليل، ويغلقون بابهم، فقد يكون الوقت قد حان للنظر في تاريخ البحث على أجهزتهم أو التحدث معهم، إذا تم العثور على أي دليل، فمن المهم أن نعود إلى النصائح ١٠ و ١١، واستخدام هذا بمثابة لحظة للتدريس وطرح الأسئلة ومناقشة دون إدانة أو التشهير.

## ١٣- طلب المساعدة إذا لزم الأمر:

إذا كنت تشعر بالقلق من أن طفلك أو المراهق قد تعرض لأذى بسبب التعرض للمواد الإباحية أو استهلاكها أو المشاركة فيها، تحدث مع أخصائي صحة نفسية موثوق به، وكثيرًا ما يحتاج الشباب إلى دعم علاجي واجتماعي لمساعدتهم على الحديث عن الأضرار التي تعرضوا لها من خلال المواد الإباحية.



# كيف تتحدث مع أبنائك عن الإباحية؟[1]

ترجمة: د. محمد عبدالجواد

## نص المقال:

### كيف تتحدث مع أبنائك عن الإباحية؟

إن التثقيف والتوعية هما أقوى الأسلحة لمكافحة انتشار الإباحية في بيوتنا ومجتمعاتنا.

بالبحث تبين كيف أن الإباحية يمكنها أن تضر حقًّا المشاهدين، وعلاقاتهم، والعالم كله من حولهم.

هدفنا هو إظهار كل الحقائق المتعلقة بهذا المخدر الجديد إلى النور، وتسليح الناس لاتخاذ قرارات مدروسة حول مشاهدة الإباحية.

فبالنسبة لبعض المشاهدين الصغار، الأمر بالنسبة لهم ليست قرارات واعية لمشاهدة الإباحية؛ لأنهم يعثرون عليها عن طريق الصدفة، وبهذه

---

(1) *For Parents: How to Update "The Talks" With Your Kids to Include Porn. (2019). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/the-guideline-how-to-talk-to-your-kids-about-porn/*



الطريقة فإن الكثير من الأطفال يتعرضون للمواد الإباحية بل وربما يدمنون عليها في سن ١٢ أو أقل.

في الوضع المثالي، سيخبر الطفل والديه دون تردد، ليقول لهم ما سمعه خارج البيت أو وجده على جهاز الكمبيوتر عن طريق الصدفة، ولكن في كثير من الأحيان، يكون خائفا جدا أن يقول أي شيء، ولن يطرح الأمر.

نعتقد أنه من المهم للآباء والأمهات أن يجروا محادثات مع أطفالهم حول ما هي الإباحية، وجعل تلك المحادثة مفتوحة ونزيهة، وتملأها المحبة.

إن غرس الخوف الكلي من الإباحية في نفوس الأطفال الصغار قد يعمل لفترة قصيرة، ولكنها ليست مساعدة على المدى الطويل لإبقاء خطوط الاتصال مفتوحة.

إذا كان الأطفال يشعرون باستعداد والديهم للاستماع لمعاناتهم أو أسئلتهم واستفساراتهم، فسوف يكونون أكثر استعدادا للتحدث حول هذا الموضوع كلما احتاجوا إلى ذلك بدلا من إخفاء فضولهم والبحث من تلقاء أنفسهم عن أجوبة في أماكن خاطئة.

موقع «حاربوا المخدر الجديد» الغربي يوصي بعدد قليل من الحلول المستندة إلى التكنولوجيا لمن يحتاج المساعدة في مراقبة شبكة الإنترنت، فيرشحوا برنامج *COVENANTEYES*، *NetNanny* لمراقبة الإنترنت

حيث يمكنهما تقديم مساعدة فعالة، وفي حين أن هذه الفلاتر وأجهزة الرصد تساعد بصورة كبيرة في مراقبتهم أثناء استخدام الإنترنت، إلا إنه ليس هناك بديل للثقة والحديث من القلب إلى القلب بين الوالدين وأطفالهم حول مضار الإباحية.

## ولكن كيف نبدأ هذه المحادثات، وكيف تستمر؟

وبعد القيام بمئات العروض في جميع أنحاء البلاد، واستقبال آلاف من رسائل البريد الإلكتروني من المراهقين من جميع أنحاء العالم، قام موقعنا بأخذ ردود الأفعال، جنبا إلى جنب مع البحوث وأنتجنا هذا الكتيب التوجيهي بعنوان:

**دليل الوالدين لمعالجة مشكلة المواد الإباحية مع الأطفال.**

بصراحة، فإن الآباء، والأطفال في سن الابتدائية والمراهقين في العالم اليوم يواجهون المشكلات التي لا أنت ولا والديك يمكنكم تصورها حينما كنتم صغارا، إذا كان أي شخص يريد الإباحية، كان من الصعب جدًّا الحصول عليها، فقد كان عليه الذهاب إلى المتجر، وإظهار الهوية الخاصة به.

وسريعًا ومع مرور السنين وفي خلال بضع سنوات، فإن أطفال اليوم يمكنهم الحصول على الإباحية وبعدد غير محدود مع ضغطة واحدة على فأرة الحاسوب، إنها على نحو متزايد من الانحراف، وعلى نحو متزايد من التوفر عن أي وقت مضى.



إذا كان لديك حاليًا أولادا مراهقين، أو على وشك أن يكونوا من المراهقين، أو ترغب فقط في مساعدة الشباب بشكل عام، فإن قراءة هذا الدليل سوف يوفر لك أدواتٍ قوية وأفكارا للتعامل مع المواد الإباحية في عالم اليوم.

## دليل الدليل التوجيهي:

كوالد فإنه يمكن أن يكون من الصعب، في بعض الأحيان، أن تتسلل إلى عالم طفلك، وتجري محادثة قلبية معه حول الموضوعات التي تهمه حقا، وسوف تحدث فرقا في حياته.

هنا لدينا اقتراح حول كيفية التحدث عن المواد الإباحية، لذلك غالبًا ما نسمع الآباء والأمهات وهم يقولون: «ليس طفلي!»، و«طفلي لا تمتد يده إلى تلك الأشياء».

«ليس لديهم هاتف جوال، وأنا مراقب استخدامهم للإنترنت، وحتى لو كان لديهم إمكانية الوصول، فلن ينظروا إلى تلك الأشياء».

وهذا قد يكون صحيحًا، ونحن نأمل ذلك.

إلا إنه من الناحية الإحصائية فإن هذا من غير المحتمل جدًّا.

فإذا لم ينظروا في الإباحية على أجهزتهم الخاصة، فهناك دائمًا أصدقاء أو زملاء يتوقون للغاية لمشاركة أولادك ما يشاهدونه.



أكثـر من ٩٠ ٪ من جميع المراهقـين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢-١٧ قـد تعرضـوا إلى الصـور الإباحيـة الفاضحة، وطالما أنهم تعرضـوا ولو لمرة واحدة، فسوف يعودون مرة تلو الأخرى.

إنـه لم يعـد السـؤال مـا إذا كان ولدك سـيتعرض للمـواد الإباحية على شبكة الإنترنت أم لا؟ ولكن متى سيتعرض؟

والأمـر مـتروك للآباء لغـرس القيم الدينيـة والعائليـة في عقلية الطفل والتي تدعمها البحوث.

### ولماذا المحادثة؟

عليـك أن تكون على علم بأن صناعة المواد الإباحية تسـتهدف الأطفال مـن خلال الألعاب عبر الإنترنت، والإعلانات، وحملات البريد الإلكتروني غير المرغوبة، والنوافذ المنبثقة، والبضائع، وأكثر من ذلك بكثير.

إنهـم يفعلـون ذلك لنفس السـبب كـما في صناعـة التبغ التي تسـتهدف المراهقين منذ سنوات.

إذا كان بإمكانهم اصطياد طفلا كي يصير مدمنا، فمن المحتمل أن يكون عميلا لديهم مدى الحياة.

ولسـوء الحـظ، إذا كنت لم تعلـم أطفالك ما هو الجنس الحلال، وكيف يكون من خلال علاقة شرعية فسوف تعلمه صناعة الإباحية.



## متى نبدأ المحادثة؟

الجـواب باختصـار: في وقـت باكر أكثر ممـا كنت تعتقـد، إذا كان لديك أطفال صغار وتتساءل: في أي سن مناسـب يمكنني بدء محادثة معهم حول مخاطـر المـواد الإباحيـة؟ عليك فهـم أن هذا يختلـف تبعا للظـروف الثقافية والتأثيرات الاجتماعية، والتعرض لوسائل الإعلام، والفضول الفردي.

وبسـبب إمكانية تعـرض الأطفال للمواد الإباحية في سـن صغيرة، فقد تحتاج إلى البدء في الحديث عن هذا الأمر في وقت أقرب مما كنت قد خططت له أصلا، وإذا كان طفلك أكبر سنا، قد يكون الوقت هو الآن.

## كيفية بدء المحادثة:

إن الأيـام التي كان يمكن لأولياء الأمـور وبسرعة وجيزة، ولمرة واحدة «نقاش» أولادهم عن الطيور والنحل قد ولت.

اليـوم، يتعـرض الأطفال بشـكل متكـرر إلى المحتوى الجنسي على نحو متزايـد وواضـح، الأمـر الـذي يتطلب مـن الآباء إجـراء محادثـات صريحة ومبـاشرة حـول الاختلافات بين الممارسـة الشرعية الصحيـة وتلك المحرمة وغير الصحية الرخيصة.

قـد يكـون هناك بعض الإحـراج في البداية، ولكن عليـك أن تجعل منها مناقشة عادية، وسوف تصبح أكثر سهولة.



**وهنا بعض الأشياء تبقى في الاعتبار عند الإعداد لهذه الأحاديث:**

فعليك أن تعد نفسك جيدًا، وقد يستغرق هذا وقتًا طويلًا للحديث، وابحث عن المكان المناسب، واجعل الحديث أخذًا وعطاءً.

## دعم قيمك الدينية والعائلية بالبحث العلمي:

الجمع بين القيم الدينية والعائلية مع قوة الأدلة العلمية، بما في ذلك أدلة ملموسة من الآثار الضارة للمواد الإباحية سوف تساعد طفلك على فهم كامل لعواقب مشاهدة المواد الإباحية.

إن تعليم أطفالنا الآثار الضارة للمخدرات المادية كالهروين نتحدث أثناءها عن القيم العائلية والدينية لدينا، في حين أيضًا نناقش الآثار المادية الضارة للمخدرات، مثل فساد الأسنان، وسرطان الرئة، وأحيانًا الموت.

علينا أن نجعل من أضرار الإباحية نوعًا من الموضوعات التي نتحدث عنها، حيث يمكننا بث الحقائق الثابتة لأفراد عائلتك.

الدليل التوجيهي الذي سننشره تباعًا في صورة مقالات متتابعة هو مجرد بداية.

فمع التكنولوجيا المتطورة باستمرار، فإن بدء المحادثات حول مضار الإباحية ومباهج الحب الحقيقي والنشاط الجنسي الشرعي الصحي مهم جدًّا.

للأسف الإباحية لن تختفي، لذلك فالأمر متروك لنا لرفع مستوى الوعي حول مضارها باكتساب التعليم بشأن هذه المسألة.

لا شيء يمكـن أن يمحو تماما وجودها في عالمنا التكنولوجي، ولكن مع حـوار مفتوح مدعوم علميا، يمكن للوالدين من الجيل القديم أن يسـاعدوا أطفالهم من الجيل الحديث؛ كي يتنقلوا في حقل الألغام على الإنترنت والذي يمشون فيه يوميًّا.







# ابدأ في التحدث مع أبنائك عن خطر الإباحية[1]

ترجمة: د. محمد عبدالجواد

**نص المقال:**

غالبًا ما نسمع الآباء والأمهات وهم يقولون: «ليس طفلي!»، و«طفلي لا تمتد يده إلى تلك الأشياء».

«ليس لديهم هاتف جوال، وأنا مراقب استخدامهم للإنترنت، وحتى لو كان لديهم إمكانية الوصول، فلن ينظروا إلى تلك الأشياء».

وهذا قد يكون صحيحًا، ونحن نأمل ذلك.

إلا أنه من الناحية الإحصائية فإن هذا من غير المحتمل جدًّا.

فإذا لم ينظروا في الإباحية على أجهزتهم الخاصة، فهناك دائمًا أصدقاء أو زملاء يتوقون للغاية لمشاركة أولادك ما يشاهدونه.

لماذا أنت بحاجة إلى أن تتحدث إلى أبنائك عن خطر الإباحية؟

---

(1) *Let's Talk About Porn - A Conversation Blueprint by Fight the New Drug. (2019). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/lets-talk-about-porn/blueprint/child-them/*



يؤثر إدمان المواد الإباحية على الفتيان والفتيات، الصغار والكبار، المتدينين وغير المتدينين، الطلاب المنتظمين في الدراسة والمتسربين منها.

بسبب الاتجاهات الثقافية والتكنولوجية الحديثة المتقدمة والمتمثلة في الإنترنت، فغالبًا بحلول عمر التسع سنوات يتعرض الأطفال للمواد الإباحية، أنت بحاجة إلى أن تدرك أن صناعة المواد الإباحية تستهدف طفلك من خلال الألعاب عبر الإنترنت، والإعلانات، والبريد الإلكتروني، وحملات البريد المزعج *EMAIL SPAM*، والنوافذ المنبثقة، والبضائع، وأكثر من ذلك بكثير.

إنهم يفعلون ذلك لنفس السبب كما في صناعة التبغ التي تستهدف المراهقين منذ سنوات.

إذا كان بإمكانهم اصطياد طفلٍ؛ كي يصير مدمنًا، فمن المحتمل أن يكون عميلا لديهم مدى الحياة.

ولسوء الحظ، إذا كنت لم تعلم أطفالك ما هو الجنس الحلال وكيف يكون من خلال علاقة شرعية فسوف تعلمه صناعة الإباحية، ومن المحتمل ألا يفضل ما ستعلمه له بعد ذلك.

## خطأ مقولة «تفتيح أعين الأبناء»:

هناك أسطورة شائعة تحيط بـ«الحديث عن الإباحية»، وهي أنه إذا ناقش الآباء القضية علنًا مع أبنائهم، فسوف يشكل هذا الحديث لدى أبنائهم الفضول بشكل مفرط ويبدءون في السعي للبحث عن الإباحية.



نعم، إذا ما تم تناول هذا الموضوع بشكل غير صحيح، فيمكن أن يكون هذا الرأي صحيحًا.

ولكن، ومن خلال اتباع هذه التوجيهات التي سنعرضها في هذا الدليل فإنك سوف تجد أن الأطفال يفضلون طرح الأسئلة عليك بدلًا من البحث عن الإجابات في أماكن أخرى.

فلو أن المراهقين شعروا بأن عائلتهم عائلة لديها ثقافة الانفتاح والثقة، والشفافية، فسيكونون أكثر استعدادا لأن يكونوا منفتحين مع والديهم.

وكن على علم بأن أكثر من ٩٠ ٪ من جميع المراهقين الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢-١٧ قد تعرضوا إلى الصور الإباحية الفاضحة، وطالما أنهم تعرضوا ولو لمرة واحدة، فسوف يعودون مرة تلو الأخرى.

إنه لم يعد السؤال ما إذا كان ولدك سيتعرض للمواد الإباحية على شبكة الإنترنت أم لا؟ ولكن متى سيتعرض؟

## متى نبدأ المحادثة؟

الجواب باختصار: في وقت باكر أكثر مما كنت تعتقد، إذا كان لديك أطفال صغار وتتساءل في أي سن مناسب يمكنني بدء محادثة معهم حول مخاطر المواد الإباحية، عليك فهم أن هذا يختلف تبعًا للظروف الثقافية والتأثيرات الاجتماعية، والتعرض لوسائل الإعلام، والفضول الفردي.



وبسبب إمكانية تعرض الأطفال للمواد الإباحية في سن صغيرة، فقد تحتاج إلى البدء في الحديث عن هذا الأمر في وقت أقرب مما كنت قد خططت له أصلًا، وإذا كان طفلك أكبر سنًّا، فقد يكون الوقت هو الآن.

## كيفية بدء المحادثة:

إن الأيام التي كان يمكن لأولياء الأمور وبسرعة وجيزة، ولمرة واحدة «نقاش» أولادهم عن الطيور والنحل قد ولت.

اليوم، يتعرض الأطفال بشكل متكرر إلى المحتوى الجنسي على نحو متزايد وواضح، الأمر الذي يتطلب من الآباء إجراء محادثات صريحة ومباشرة حول الاختلافات بين الممارسة الشرعية الصحية وتلك المحرمة وغير الصحية الرخيصة.

قد يكون هناك بعض الإحراج في البداية، ولكن عليك أن تجعل منها مناقشة عادية، وسوف تصبح أكثر سهولة.

**وهنا بعض الأشياء تبقى في الاعتبار عند الإعداد لهذه الأحاديث:**

فعليك أن تعد نفسك جيدًا، وقد يستغرق هذا وقتًا طويلًا للحديث، وابحث عن المكان المناسب، واجعل الحديث لكل طفل من أطفالك على حدة.



### أعطِ للحديث وقتًا:

حين تخطط لمناقشة ومحادثة مهمة، اختر الوقت الذي لا تكون فيه مندفعًا أو مضطربًا أو مشغولًا وتكون المحادثة مع كل طفل من أطفالك على حدة.

فمن الممكن أن تكون أثناء ركوب السيارة، ويمكنك أن تجعلها محادثة خاصة قبل النوم.

### وفر المكان الصحيح:

اختر مكانًا مناسبًا للمحادثة يكون مريحًا وخاصًّا، فإن هذا يعطي الطفل الحرية في طرح الأسئلة والتعبير عن أنفسهم بأريحية.

### واحدًا واحدًا:

أجرِ محادثة منفردة لكل طفل على حدة، فهذا يسمح لك بأن تعطي المناقشة حقها تبعًا لوضع كل طفل، ويتيح لك استخدام اللغة التي تلائم مرحلته العمرية.

حينما تتحدث إلى طفل عمره ٧ سنوات ربما لا تشعر بأريحية وأنت تتكلم عن الإباحية بكل صراحة، ولكن ربما تحتاج إلى أن تتكلم في موضوعات ذات علاقة تبني بها أساسًا جيدًا لمحادثات صريحة في المستقبل، وتكون بهذه المحادثات المبدئية قد مهدت لها، مثل الحديث عن المناطق الخاصة، والمناطق التي لا تُمَس، ولماذا من غير المناسب أن تخلع ملابسك أمام الآخرين.



## ماذا يجب أن أقول؟

بدلًا من إعطائك نصًّا لتقوله كلمة كلمة، فنحن سنركز على إعطائك المبادئ التوجيهية المناسبة والأدوات القابلة للتكيف تبعًا لكل موقف.

## طبقات المناقشة:

تغطية كل جانب من جوانب هذا الموضوع في محادثة واحدة ليست واقعية أو فعالة، فأول محادثة مع طفلك هي بداية لحوار مستمر.

ومع مرور الوقت، استمر في زيادة معارفهم فيما يتعلق بآثار الإباحية الضارة من خلال وجود مثال صريح لشخص عانى من إدمان الإباحية أو ما زال يعاني، أو محادثات مشتركة لمن هم في نفس العمر.

## دعم قيمك الدينية والعائلية بالبحث العلمي:

كما ذكرنا في الجزء الأول من هذا الدليل: كيف نمنع الإباحية من الدخول إلى منازلنا؟ وشرحنا ذلك في خمس نقاط ومنها أن تعد نفسك بالمعلومات والأبحاث العلمية التي ستعضد بها مبادئك وقيمك التي ستتحدث عنها مع أبنائك، فهناك العديد من المقالات على موقعنا التي ستفيدك جدًّا وأيضًا القسم الأخير من هذا الدليل والذي سيحول أسئلة متكررة والإجابة عنها.



الجمع بين القيم الدينية والعائلية مع قوة الأدلة العلمية، بما في ذلك أدلة ملموسة من الآثار الضارة للمواد الإباحية سوف تساعد طفلك على فهم كامل لعواقب مشاهدة المواد الإباحية.

إن تعليم أطفالنا الآثار الضارة للمخدرات المادية كالهروين نتحدث أثناءها عن القيم العائلية والدينية لدينا في حين أيضًا نناقش الآثار المادية الضارة للمخدرات، مثل فساد الأسنان، وسرطان الرئة، وأحيانًا الموت.

علينا أن نجعل من أضرار الإباحية نوعا من الموضوعات التي نتحدث عنها، حيث يمكننا بث الحقائق الثابتة لأفراد عائلاتنا.

في القسم الأخير من هذا المنهج التوجيهي والمختص بالإجابة عن الأسئلة المتكررة في قسم «أسئلة وأجوبة».

في هذا القسم سوف تجد معلومات واقعية عن الموضوعات المدرجة أدناه والتي تساعدك على إمداد الأطفال بالمعلومات اللازمة.

- ما هو الدليل العلمي وراء الإدمان؟
- كيف يكون الإدمان مؤذيا؟
- كيف يمكن للإباحية أن تسبب الإدمان؟
- كيف يمكن للإباحية أن تؤذيني كفرد؟
- كيف تؤدي الإباحية إلى تدمير علاقاتي؟



- كيف تتسبب الإباحية في إيذاء المجتمع؟
- كيف تبدو العلاقات الحقيقية الصحية السليمة؟

## كيفية استجابة طفلك للمحادثة:

### القرف:

قـد يعتقـد طفلك أنـك مجنون لتتحدث معـه / معها في هـذا الموضوع، امنحهـم الحريـة للتعبير عن شـعورهم، إنهم قد يردوا بهـذه الطريقة؛ لأنهم يشـعرون بالحرج أو عدم الارتياح، كن صبورا معهم، فمعظم الأطفال غالبًا يستمعون إلى ما تود أن تقوله.

### الدفاع:

يمكـن لطفلـك أيضًا أن يتفاعل مع ما تقوله بالغضـب أو الدفاع، وهذا يمكن أن يعني إما أنهم يتعاملون حاليًا مع المواد الإباحية وتمثل لهم مشـكلة واقعيـة، أو أنهـم يشـعرون بأنهم متهمين بـشيء ارتكبوه فيشـعرون بالذنب تجاهه.

إذا اسـتجاب طفلك بهذه الطريقة، فإيـاك أن تتفاعل معه بطريقة مماثلة، حـافـظ عـلى هدوئك، حـاول تجنـب أن تكون قاضيـًا، رد فعلـك كحكم أو كقـاضٍ هـو أمر غير حيـوي لنجاح هـذه المحادثات، فإن تجنبـت فعل ذلك



فسوف يكون طفلك أكثر استعدادًا للانفتاح في وقت لاحق إذا تعاملت معه برد فعل صحيح.

**الصمت:**

قد لا يجد بعض الأطفال أي شيء ليقولونه، فإنهم قد لا يعرفون كيفية التصرف، أو قد يشعرون بأن الكلام غير ملائم، حسنا، فهم بحاجة إلى بعض الوقت ليفكروا في ما قلته، لا تقلق؛ فإنه لم يزل من المهم أن تبدأ حوارًا حول موضوع، لأنه لا يعطيهم فقط معلومات حيوية، ولكن أيضًا يفتح خطوط الاتصال حول النشاط الجنسي الصحي، بدء المحادثة ستسمح لهم بأن يأتوا إليك عندما يكون لديهم أسئلة أو استفسارات.

**الأمانة:**

بعض الأطفال يكونون بالفعل مشتغلين بالمواد الإباحية، وقد يعانون من الخجل، ومن الشعور بالذنب، أو الارتباك نتيجة لأفعالهم.

فإذا كان طفلك يعاني من استخدام المواد الإباحية وغير قادر على أن يفاتحك في ذلك، فقدم الدعم والحب له بدلا من خيبة الأمل أو العقاب.

في القسم التالي من هذا الدليل سنتكلم عن «كيفية الرد إذا كان طفلك يعاني من مشكلة مع الإباحية».

سنناقش بعض الإستراتيجيات لكيفية التصرف في هذه الحالات.





# كيف تشرح الشهوة لأولادك؟[1]

**نص المقال:**

كيف نُعلِّم أولادنا اجتناب الإباحية والمواقف الجنسية الضارة ونحن نعلمهم أن الجنس شيء جيد وأنه من خلق الله؟

وجدت من المفيد أن نتذكر أن بداية معايشة الأطفال للغريزة الجنسية تكون عن طريق المشاعر وليس عن طريق الممارسة الجسدية، جبلنا الله بحيث نعايش الرغبة الجنسية والفضول، وحتى الإثارة، بينما الشهوة تتواجد عند خروج هذه المشاعر الطبيعية عن السيطرة، عندما لا نساعد أطفالنا على التفريق بين المشاعر الصحية وبين الشهوة، تنمو لديهم عادة مشاعر خزي مرتبطة بغريزتهم الجنسية، وهذا ينبغي أن يكون آخر ما نريد أن يصيب أطفالنا.

(1) *Let's Talk About Porn - A Conversation Blueprint by Fight the New Drug. (2019). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/lets-talk-about-porn/blueprint/child-them/*

## لماذا نحتاج إلى التفريق بين الشهوة والمشاعر الطبيعية؟

أنا مستاء أني لم أفكر جديًّا في تعليم الفرق بين الشهوة والمشاعر الجنسية الطبيعية قبل أن يبلغ ابني من العمر ١٣ سنة، كنت وإيّاه في جلسة محاسبة للنفس، حيث خفض بصره فجأة واكتسى وجهه بملامح الخزي، وقال: «لقد عبثت هذا الأسبوع»، ليست هذه من الكلمات التي يحب الوالدان سماعها، خاصة وأنت تتكلم مع ولدك عن أي أمر جنسي، هيّأت نفسي للأسوأ، وطلبت منه التوضيح، وهذا ما قاله:

«كنت في حصة الرياضة البدنية، ورأيت فتاة ترتدي سروالًا قصيرًا، ففعلت أمرًا سيئًا».

لعلك تسأل نفس السؤال الذي كان يدور في ذهني ذلك الحين: كيف -بالضبط- فعل أمرًا سيئًا؟ سألته، ولكنه لم يستطع التوضيح، ليس لأنه كان يخفي شيئًا، ولكن لأنه لم يستطع التعبير عما حصل. فسألته: «هل ظللت تحدق فيها؟» لا، فلقد صرف ببصره فورًا. «هل بدأت تتخيلها، في تلك اللحظة أو بعدها؟» لا. «هل مارست الاستمناء لاحقًا وأنت تفكر فيها؟» لا.

حينها أصبحت في تمام الحيرة، فهذه هي الأمور التي كنا نعمل على أن يتجنبها، فما الأمر السيء الذي فعله إذًا؟ ثم تَبَدّى لي أخيرًا ما حصل على الأرجح، وشعرت بالحمق، تحدثنا لبرهة وتأكّد ظني: شعر ابني بانجذاب

جنسي وإثارة، وأيقن أنه ارتكب خطأً ما كنتيجة لذلك، كانت المشاعر الجنسية جديدة عليه، ولم يكن يعرف الفرق بين المشاعر الطبيعية وبين الشهوة، ظن أنه عصى الله.

## كيف شرحت الشهوة لابني؟

فكرت بسرعة، مدركًا أنه كان عليّ التفريج عنه، وإلا سيظل يظن بأنه مخطئ على نحو ما، وفيما يلي ما خلَصت إلى تبيينه لابني:

### ۞ الجانب الحيوي:

جبلنا الله جميعًا على البدء بالشعور بالانجذاب الجنسي قريبًا من سن البلوغ، وهذا يعني أنه ستكون هناك أوقات نشعر فيها بأحاسيس جنسية قوية عندما نرى أشخاصًا من الجنس الآخر، خاصة إذا كانوا لا يرتدون ما يكفي من لباس، كالفتاة التي رآها في حصة الرياضة.

وهذا شيء جيد، وليس سيئًا، فلو لم يحدث لنا مطلقًا، لما كنا لِنتزوج، ولما كان هناك المزيد من الأطفال.

قد تبغتنا هذه المشاعر كالصاعقة، من دون أي سابق إنذار، وهذا تفاعل حيوي في أجسادنا، لا يمكننا منعه، ولا داعي للقلق من ذلك.

وهي إن دلت على شيء فإنما تدل على أن كل شيء يعمل بشكل صحيح كما خلق الله، ومن الجيد كذلك أن يكون لدينا أشخاص، أي الوالدان في





هـذه الحالة، نسـتطيع أن نتحـدث معهما عن الأوقات التـي نعايش فيها هذه المشاعر.

## الانجذاب:

إذا تشبّثنا بهذه المشاعر الأولية، أو واصلنا النظر إلى فتاة شديدة الجاذبية، قـد تبـدأ تراودنـا الرغبـة في أن نتصـور كيف تبـدو وهـي عاريـة، أو ما هو شـعور تقبيلها أو ممارسـة شيء جنسي معها، تسـمى إرادة تصور هذه الأمور «الانجذاب».

انتقلنـا من معايشـة تفاعل حيوي طبيعي إلى الشـعور بالانجذاب لفعل المزيـد، وهـذا من خطوات الشـيطان ويجب أن ننتهي عن ذلـك فورًا قبل أن يصبح الأمر أخطر.

## الشهـوة:

عندمـا نتبـع الهوى من خـلال التخيل أو النظـر إلى الإباحيـة، فقد بدأنا بالسـقوط في الشـهوة، الشـهوة هي إطلاق العنان لأنفسـنا بالاسـتغراق في الأفكار الجنسية، بدلًا من السعي لكبحها، وهي ضارة لنا وخطيئة.

**تناولت قصاصة ورق واختصرت ذلك له ليستوعبه أسهل، فدونت:**

تفاعل حيوي ☜ انجذاب ☜ شهوة

عايش ابني تفاعلًا حيويًّا لرؤيته فتاة في سنه بلباسٍ قصير، وظن أنه «قد فعل أمرًا سيئًا» لأنه ظن أن هذه المشاعر بحد ذاتها خطيئة، هذا أمر كثير الحدوث عندما يعيش الأطفال لأول مرة مشاعر لم يعهدوها بتاتًا من قبل.

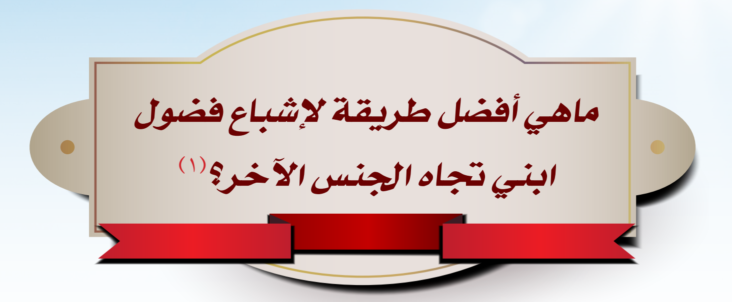
آخر شيء أردته أن يشعر به هو الخزي لكونه شابًّا بالغًا طبيعيًّا، تلك المشاعر التي وجدها -بينت له- أنها كانت جيدة، تحويل هذه المشاعر إلى خيال ليس جيدًا، ولكن وجودها لديه أمر طبيعي. أحس ابني براحة كبيرة.

## كيف نريد أن يستجيب أطفالنا؟

لماذا من الضروري تعليم هذا لأطفالنا؟ لأنهم إذا اعتقدوا بأنهم ارتكبوا خطيئة لمجرد معايشتهم تفاعلًا جسديًّا طبيعيًّا، فمن السهل أن يستسلموا للشهوة؛ لأنهم سيظنون أنهم وقعوا فيها بالفعل، عن طريق تعليم الأطفال أن الشعور الجنسي أمر طبيعي، لا يغدون فريسة للخزي فيجرهم إلى الخيال أو يزودهم بعذر لتعاطي المواد الإباحية.

ما أردت من ابني فعله في المرة القادمة التي يعايش فيها شعورًا مشابهًا، أن يُحدِّثَ نفسَه: «نعم، كل شيء لا يزال يعمل بشكل صحيح، من الجيد معرفة ذلك! والآن، من الذي يمكنني الذهاب للتحدث إليه حتى لا يتحول هذا إلى انجذاب؟».





# ماهي أفضل طريقة لإشباع فضول ابني تجاه الجنس الآخر؟[1]

**نص المقال:**

(جيوف ستويرر) معالج مشاكل الزواج والعائلات يجيب في موقع (*Protect young minds*) على أم تسأل وتقول: «لدينا سبعة أبناء، تتراوح أعمارهم بين الرابعة والتاسعة عشرة، نتكلم معهم بشكل منتظم عن خطر الإباحيات وما يمكن أن تفعله بأدمغتهم وغير ذلك، ولكن للأسف اكتشفنا مؤخرًا أن أحد أبنائنا -وعمره خمس عشرة سنة- يشاهد أشياء تتعلق بجسد المرأة على (اليوتوب).

استطاع زوجي -بحذر- أن يطرح عليه المشكلة، فاعترف له بالمشاهدة بدافع الفضول، رغم علمه بخطأ ذلك.

(1) *Steurer, G., & Steurer, G. (2016). Female Bodies: What's the Best Way to Satisfy My Son's Curiosity?. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2016/10/20/curiosity-female-bodies/*

**والسؤال هو:** كيف يمكن للآباء أن يشبعوا فضول عقول أولادهم المراهقين تجاه جسد المرأة، دون دفعهم لفعل أي تصرف غير صحيح؟

**إجابتي هي:** أُعطيه معلومات صحيحة دون خجل.

أنت ذكية لاهتمامك بالجانب الجنسي لابنك، بخلاف عدم الاهتمام بذلك واعتباره شيئًا ضارًّا.

ومعظم الأطفال يفضلون طرح أسئلتهم المتعلقة بالجنس على الإنترنت بدلًا من آبائهم، خاصة بعد أن أصبح من السهل معرفة أي شيء بضغطة زر واحدة.

اجعلي ابنك يعرف أنك تتفهمين ما قام به، بدلا من إشعاره أنه قام بشيء خاطئ.

أخبريه أن شعوره ورغبته تجاه الجنس الآخر شيء طبيعي، ولكنه ذهب إلى المصدر الخطأ ليشبع رغبته وفضوله.

أفهميه أنك تريدين مساعدته لمعرفة أجوبة أسئلته بطريقة ستجيبه حقًّا عن تساؤلاته، بدلًا من تعريضه للكذب الذي سيجده في الإباحيات.

إن السؤال عن جسد المرأة محرج، خصوصًا عند الأولاد المراهقين.

البنات شيء غامض لديهم، ومن الممكن أن يظن ابنك أنه الوحيد الذي ليس لديه فكرة عن جسد المرأة وكيف يبدو.



ابنك لم يكن كذلك من سنوات قلائل، ولكنه الآن مستعد للفهم بشكل واضح كيف يعمل جسد المرأة.

إنه لا يحتاج إلى مجرد سرد حقائق عن جسد المرأة وعن الجنس، بل يحتاج إلى أن يعرف القيم والمبادئ المنظمة للعلاقات بين الرجل والمرأة.

على سبيل المثال، ربما سمع ابنك أصدقاءه وهم يضايقون فتاة في المدرسة بذكر جزء من جسدها، فليس عليك فقط الإجابة عن فضوله، ولكن أيضًا تعليمه كيف يعامل الفتيات وأجسادهن بطريقة صحيحة.

وها هي بعض الاقتراحات الأخرى التي يمكن أن تستخدميها لإكمال حوارك مع ابنك:

❋ أخبريه أن انجذابه نحو الفتيات أمر طبيعي، وهو الطريق الذي سيجعله يقيم علاقة عاطفية وجنسية صحية مع زوجته في المستقبل.

ويمكنك الاستعانة بزوجك ليشاركه خبراته مع الجنس الآخر عندما كان مراهقا، وكيف قاده انجذابه ذلك للزواج في النهاية.

❋ يمكنك سؤاله عن إذا ما كان لديه فضول نحو جزء معين من جسد المرأة، ويمكنه أن يكتب في ورقة اذا كان محرجًا، ثم تجيبين على تساؤلاته بطريقة يشعر معها أنه لا حرج في السؤال عن هذه الأمور.



❋ جاوبي بطريقة مباشرة وصادقة على أسئلته المتعلقة بالجنس أو بجسد المرأة وما ترتديه وما يثير فضوله.

❋ يمكنك الاستعانة بكتب التشريح الطبية التي تشرح تفاصيل جسد المرأة وأعضائها التناسلية، التي تحتوي على الكثير من الرسومات التشريحية غير المثيرة جنسيا لجسد المرأة.

❋ لا تحصري الحوار في الكلام عن الأجزاء الحساسة في جسد المرأة، فالمرأة أكبر من مجموعة من الأعضاء، بل تكلمي معه عن قيم وأخلاق التعامل مع المرأة.

❋ احرصي على استخدام كلمات تشريحية صحيحة لوصف الأجزاء المختلفة للجسد بأريحية وثقة؛ لأن ذلك يعطى له رسالة أن فضوله شيء طبيعي، وسيسألك بعد ذلك دون قلق وخجل.

❋ اسأليه أنت أو زوجك عما إذا كان يعاني من العادة السرية، خاصة بعد رؤيته صورا للفتيات على الإنترنت.

فالاستمناء أو العادة السرية تستدعي بقوة تلك الصور التي يراها، وتجعل التوقف عن الأمر صعبًا.

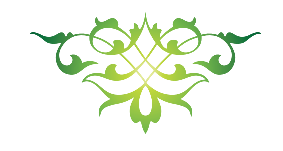
إنها تقوم بعمل ما يسمى دائرة المثوبة في المخ التي ترسخ تلك الصور وتدمنها، ولن يراها المخ بعد ذلك كالصور العادية العابرة.



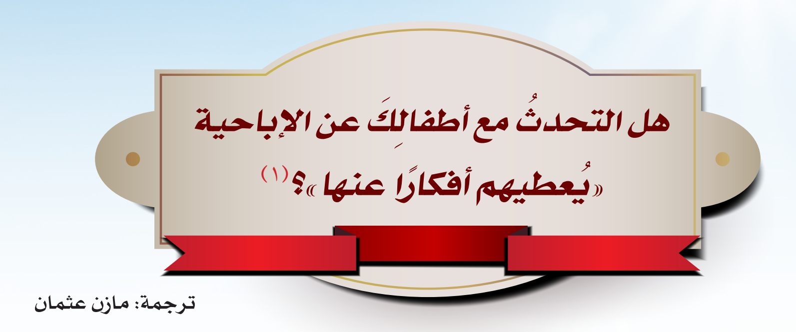
❁ لا يوجد أي شيء غير صحي حيال رغبة ابنك في الحصول على أجوبة لأسئلته عن جسد المرأة وشكله.

إنه محرج من السؤال؛ لذا فإنه آثر أن يحصل على الإجابة بطريقة سرية، فلا توجد حاجة للتعامل مع ذلك كأنه أخطأ خطأً كبيرًا.

اشجعك أنت وزوجك على محاورته بشكل طبيعي وانفتاحي دون تكلف أو تصنع، فذلك أفضل من ذهابه إلى المواقع الإباحية لمعرفة الإجابات.







# هل التحدثُ مع أطفالِكَ عن الإباحية «يُعطيهم أفكارًا عنها»؟[1]

ترجمة: مازن عثمان

**نص المقال:**

تقول (دينا ألكسندر) صاحبةُ موقع *Educate and Empower Kids*:

منذ حوالي ثلاثِ سنوات تحدثتُ مع أطفالي عن الإباحيات وأضرارِها لأول مرةٍ، ذلك بعدما قرأتُ مقالًا يتحدثُ عن المراهقين وتعَرُضِهم الحتمي للإباحيات بطريقةٍ أو بأخرى، عندما قرأتُ ذلك ضاق صدري، وزاد خوفي على أطفالي، علمتُ أنه يجبُ عليَّ أن أُعلِم أطفالي حالًا عن هذا الخطر، وكذلك أيضًا أن أُخبِر كل شخص لديه أطفال عن هذا الخطر.

(1) *Blogger, G. (2016). Does Talking about Pornography with Your Kids Give Them Ideas? - Family Good Things. Family Good Things. Retrieved 7 July 2019, from http://www.familygoodthings.com/does-talking-about-pornography-with-your-kids-give-them-ideas/*



لم يكـن عنـدي كل الإجابـات، في أول يـومٍ تحدثـتُ مـع أطفـالي عـن الإباحيـات، ولكـن لا يهـم؛ المهـم أني قـد فتحـتُ بابًـا جديـدًا لعلاقتي مع أولادي، بابًا جلبَ القُربَ والوحدةَ لأسرتي لم يكن موجودًا من قبل.

بعـد أيامٍ قليلة مِـن أولِ حديثٍ مع أطفالي عـن الإباحيات، قُمتُ بِعملِ بحثٍ بشكلٍ جادٍّ عن آثارِ استخدام الموادِ الإباحية على الأطفال، استمر هذا البحثُ بعض الشهور، في خلال تلك الشهور من البحث وترتيبِ المعلوماتِ كنتُ أتحدثُ مع أولادي عن الإباحيات.

ولكـن جـاء بخاطري سـؤالٌ مقلقٌ: «هل أنـا أعطي أطفالي أفـكارًا عن الإباحيـات؟» أو بمعنـى آخـر: «هل أنـا أخلق فضولًا غير صحـيٍّ كان غير موجودٍ مِن قبل؟».

الإجابة أصبحت واضحة: نعم!

أنا أعطيهم أفكارًا، وأريدك أن تعطي أطفالك نفس الأفكار!

أعـطِ لأبنائك الأفكار على أنكَ مصـدرٌ للمعلومات الصادقةِ والموثوقة، اجعلهـم يعرفون من خلال كلامِك وأفعالك أنك تسـتطيع التحدث بهدوء وبراحةٍ وبعقلانيةٍ عن مشاكل تؤثر فينا جميعًا.

تسـتطيع التحدث عن مواضيع «حساسـة» والأهم من ذلك أنهُ ستصلُ إليهـم فكرة أنك تُنصِت إليهـم وتعطيهم الاهتمام، أعـدُكَ أنك عندما تجيب

عن أسـئلة أبنائك بأريحية وتَفَهُّم ؛ فإن أطفالك سـيرجعون إليك ويسألونك عن أي شيء لحكمتك ولِسِعَةِ صدرك.

أعط لأبنائك الأفكار أن الجنس الطبيعي والمصرف الصحي للشهوة هو عن طريق الزواج الحلال والعلاقةِ بين الزوجين، وأن الإباحياتِ هي عكسُ ذلـك، وخذ وقتَكَ لتشرح لأبنائك كيف أن الإباحيـات تكون إدمانا وتُدمِر المخ وتؤذي العلاقات.

فبإثـارةِ مثلَ تلكَ المواضيعِ الهامةِ مع أبنائك، سـينمو طفلكَ وهو قريبٌ منـك، وسـيعرفُ طفلـكَ أنه يمكنـه الاعتماد عليـكَ؛ كي تُعطيَـهُ معلوماتٍ تُساعِدهُ بأسلوبٍ فيه حبٌ وتفَهُم عن أي شيء.

وها هي بعض المواضيع التي ستسـاعدك لبناء حوار عن الإباحيات مع طفلك الصغير أو ابنك المراهق:

**ماذا يحتاج الطفل الصغير معرفتَهُ عن الإباحيات؟**

**ما هي الإباحيات؟ (قم بتعريفها له).**

**أين توجد الإباحيات؟ (هواتف ذكية، حاسوب،...).**

**ماذا يجب عليه فعلهُ إذا عثر على الإباحيات؟ (أن يبتعد عنها، يقوم بأخبارِ والديه، أن لا يفكر في تلك الصور، كيف سيتجنبها في المستقبل).**

**لماذا يجب البعد عـن الإباحيـات؟ (الجانب الديني، الجانب الشـخصي، الجانب الاجتماعي..).**



**ماذا يحتاج طفلك الكبير «المراهق» معرفته عن الإباحيات؟**

**إنها صناعة تستهدفه أو تستهدفها.**

**إنها تسبب الإدمان.**

**إنها تدمر المجتمع.**

**إن هناك علاجًا لإدمانِ الإباحيات.**

انتهى كلام صاحبةِ المقالِ، وأقولُ لك:

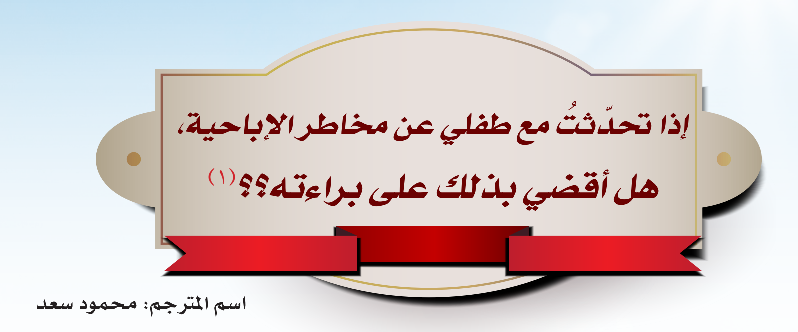
إن الإحصائيات كما ذكرنا في مقالٍ سابقٍ تقولُ: أن تعرُّضَ الأطفالِ عن طريق الصُدفةِ للإباحيات أكبر من أن يذهبوا إليها بأنفسهم، فإذا ما علِمَ الطفلُ أضرارَ الإباحيات عن طريق والديه، وتعَرَضَ لها الطفل عن طريق المصادفة فسيكون على علمٍ بكيفية مواجهتها وكيف يتعامل مع الإباحيات.

نسبة الأطفال الذين يدخنون مثلًا في سنٍ صغير قليلة، لماذا؟

لأن هناك توعية كبيرة من الآباء عن أضرار السجائر، وهذا ما نريد فِعلَهُ بالنسبة للإباحيات.

وأما موضوع أن الكلام عن الإباحيات سيفتح أعينَ أولادنا عليها، فهو غيرُ واقعيٍّ تمامًا في هذا الزمن كما ذكرنا، فَخُذْ وقتَكَ للتحدُث مع أبنائِك عن الإباحيات؛ كي يبتعدوا عن هذا الخطر ولا يسقطوا في الإدمان بِإذن الله.





# إذا تحدّثتُ مع طفلي عن مخاطر الإباحية، هل أقضي بذلك على براءته؟؟[1]

اسم المترجم: محمود سعد

**نص المقال:**

هـل أرّقـك مـن قبل تحديـد الوقـت الذي يجـب أن تُحـدّث فيـه طفلك عـن مخاطـر الإباحية؟ هل تسـاءلت عن طريقة مناسـبة تحافظ بهـا على براءة طفلـك وتُحـذّره في نفس الوقت من مخاطر الإنترنـت؟ هل يبدو لك الأمران متناقضين؟

ربما، ولكن هناك سـؤال أفضل يجب أن تسـأله: أي الطفلين أكثر أمانًا؟ الطفـل الـبريء أم الطفـل المثقف؟ نفس السـؤال ولكن بصيغـة أفضل: أي الطفلـين يمكن أن يحافـظ على براءته فترة أطول؟ الطفـل الذي لا يملك أية معلومـات تسـاعده على فهـم الأمور أم الطفـل الذي يسـتطيع التعرف على

---

(1) *Jenson, K., & Jenson, K. (2017). "Will I Rob My Child's Innocence If I Start Talking about the Dangers of Porn?". Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2017/09/07/will-i-rob-childs-innocence/*



الإباحية إذا تعرض لها ويعرف أن عليه الإعراض عنها وإخبار شخص أكبر من عائلته يثق به؟

## قصة الأم الحذرة:

تحكي لي إحدى الأمهات عن طفلها ذي السبع سنوات الذي ما إن شاهد محتوى إباحيًّا عن طريق أحد أصدقائه الأكبر سنًّا حتى جاء ليخبرها بذلك؛ لأنها تحدثت معه في الأمر من قبل، وساعدته في التعرف عليه وجهّزته لموقف كهذا، فأدرك ما الذي يشاهده، وأخبر والدته ليعالجا الموقف سويًّا، وما كان سيصبح خللًا في علاقتهما أصبح تجربة مشتركة بينهما وساعد في تعزيز ثقتهما في بعضهما البعض.

## ثلاثة أسئلة أكثر أهمية:

في المرة القادمة التي تخشى فيها القضاء على براءة أطفالك بالحديث عن مخاطر الإباحية تذكر هذه الأسئلة الثلاثة:

### ما هي القيمة الحقيقية للبراءة؟

عندما يتعلق الأمر بالأطفال فنحن عادةً نساوي بين الجهل والبراءة، بالتأكيد نحن لا نريدهم أن يعرفوا المواضيع الخاصة بالكبار، ولكن للأسف أصبح الأطفال معرضين لمشاهدة الإباحية في سن صغير، وإبقاؤهم جاهلين



بمخاطـر الإباحيـة يجعلهم غير قادرين على حماية أنفسـهم حتى من فضولهم الخاص.

لذا اسـأل نفسـك: مع قدرة الأطفال الحالية على الوصول إلي الإباحية، ما هي قيمة البراءة مقارنةً بالسـعادة طويلة المدى والقدرة على التصدي لأي مخاطر حقيقية للإباحية؟؟ شخصيًّا لا أرى البراءة أهم من هذه الأشياء.

**هـل يمكنـني التحكـم بالوقت والمكان الذي قد يشـاهد فيـه طفلي الإباحية؟**

إذا كانـت إجابتـك بلا فأنا أشـكرك على صراحتـك، حينها يجب عليك اسـتغلال التحكم المتـاح لك، يمكنك أن تتحكم في الوقت المبكر والشـكل المؤثر الذي تبدأ به تسليح طفلك لرفض الإباحية، وبذلك لن يكون مضطرًا لمواجهة الأمر بمفرده.

**هل الطفل المسلح بالمعرفة أكثر أمانًا من الطفل الجاهل بالحقائق والمحتفظ ببراءته؟**

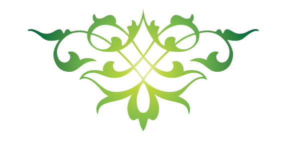
الحيـاة دومًا تصدم الآباء باختيارات متعارضة، ويجب عليهم أن يختاروا الأفضـل لأبنائهـم، هذه هـي مسـؤوليتهم وهذا هـو دورهم، أيهـما أفضل: الحفـاظ على براءة الأطفال أم تسـليحهم بالمعرفة؟ بناءً عـلى مئات القصص

التي سـمعتها مـن الآباء والأمهـات فأنا أُفضّـل المعرفة والقـوة التي تمنحها للأطفال في مواجهة الإباحية ورفضها إذا ما تعرضوا لها في أي مناسبة.

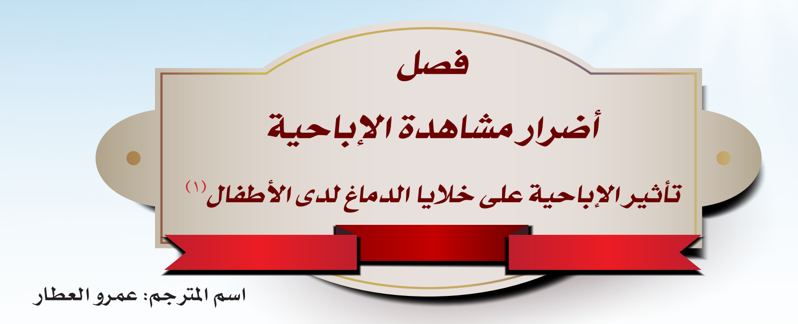
**إليكم ما أعرفه:**

- الطفل البريء هو طفل مهدد غير حصين.
- الطفل المثقف هو طفل مسلح.
- الطفل المستعد بخطة لحماية نفسه هو طفل آمن تمامًا.

دعونـا نخـرج الإباحية من الظلام الذي يكسـبها قوتهـا إلى النور حيث يكتسب أبناؤنا قوتهم وأفضليتهم.







# فصل

# أضرار مشاهدة الإباحية

## تأثير الإباحية على خلايا الدماغ لدى الأطفال[1]

اسم المترجم: عمرو العطار

**نص المقال:**

في المؤتمر العالمي الذي عُقد في روما في ٩ أكتوبر ٢٠١٧ حول المخاطر الجنسية التي تواجه الأطفال في العالم الرقمي، حذر جرّاح الأعصاب الأمريكي البروفيسور دونالد هيلتون من التأثيرات المدمرة للإباحية على عقول الأطفال، كما شاطره أيضًا بابا الفاتيكان «البابا فرانسيس» هذا القلق حين التقى الجمعة الماضية ١٥٠ عضوًا من الكونجرس الأمريكي، وحثهم على اتخاذ إجراءات صارمة حيال هذا الخطر الذي يواجه العالم.

**وذكر البروفيسور دونالد هيلتون ثلاثة أسئلة حيال هذا الموضوع وأجاب عنها فيما يلي:**

(1) *Children's brain cells changed by internet porn: neurosurgeon. (2019). M.medicalxpress.com. Retrieved 7 July 2019, from https://m.medicalxpress.com/news/2017-10-children-brain-cells-internet-porn.html*



**س١: ماذا يحدث في دماغ الطفل عند مشاهدة عدد كبير من الأفلام الإباحية؟**

ج١: خلايا الدماغ تتغير مع التعلم، وتعلم الإدمان ينحت الدماغ بطريقة ضارة جدًّا، ومن الممكن أن يؤثر بطريقة سلبية على بعض السلوكيات والتوجهات.

- مكافأة مثيرة مثل المواد الإباحية.
- وسعادة مؤقتة جراء جرعة الدوبامين التي تُفرز عند مشاهدتها.
- وتكوّن مسارات عصبية في الدماغ نتيجة لذلك.

هذه تغيرات قوية للغاية لا يستطيع الدماغ أن ينساها بسهولة، وعند حدوث مثل هذا الأمر لطفل في الثانية عشرة من عمره فإنه سيندهش كثيرًا وسيعجبه هذا الأمر ويثير انتباهه.

نشير أيضًا أنه في بعض الأحيان قد يكون الأطفال خائفين، ولكن سحر المشاهدة ولذة الإثارة تتغلب على الخوف في نهاية المطاف.

كما يجدر التنبيه إلى أن الدماغ يريد شيئًا واحدًا: التجديد، والتغيير، يريد مشاهدة وجوه جديدة وأجسام مختلفة ومشاهد أكثر إثارة، لهذا كثير من الأولاد والبنات اليوم يلهثون وراء الأفلام الإباحية ويتصفحون المواقع الإباحية بالساعات للبحث عن مقطع مثير للاستمناء عليه.

مع الإشـارة إلى وجود الكثير من الأدلة العلمية على أن الجنس ولا سـيما الإباحية والعادة السرية يمكن أن يصل بالأطفال لمرحلة الإدمان.

**س٢: هل يمكن للأطفال الذين يشاهدون الإباحية أن يسعوا لتقليد ما يرونه؟**

ج٢: الإباحيـة تقتـل الحب وتدمر القـدرة على الشـعور بالعاطفة حيال الجنس الآخر، والزج بالفتيات في سن المراهقة لممارسة الجنس الشرجي المؤلم مع الأولاد يكون بالإكراه – كما قالت دراسة حديثة لمجلة طبية بريطانية.

حيث ٩٣ ٪ من الشـباب و٦٢ ٪ من البنات تحت سـن أل ١٨ تعرضوا للمـواد الإباحيـة على الإنترنت، وباسـتعراضنا لأكثر مـن ٢٥٠ فيلم إباحي شهير وجدنا أن ٨٨٪ من المشاهد تحتوي على اعتداء جسدي تجاه المرأة.

نشـير أيضًـا إلى أن الرجال وصلوا لمرحلة رؤية المـرأة الحقيقية مجرد فيلم إباحـي غير مثير، وأصبحوا يفضّلون الخيـال الموجود في الإباحية عن الواقع الـذى يجدونـه مـع زوجاتهم، حتـى غـير المتزوجين منهـم مَن صـار يفضل الإباحيـة عن إقامـة علاقة حقيقية مع امـرأة من خلال الـزواج، أيضًا أفلام الواقـع الافـتراضي «*virtual-reality porn*» بـدأت في الظهـور بالتزامن مع ظهور هذه التقنية الرائعة التي تسـتخدم للمحـاكاة، نعم هي مكلفة جدًّا



ولكـن الكثـير من منتجـي الإباحية يسـتثمرون هـذا الآن. فثقافـة الإباحية بلا شك تؤثر سلبًا على الجميع!

**س٣: هـل مـن الممكـن أن نعتـبر الشـباب والبنـات – الممثلـين الذين يعملون في صناعة الإباحية وتربوا على هذه الثقافة – ضحايا أيضًا؟**

ج٣: الإباحيـة هـي صناعـة اسـتغلالية جـدًّا، حيـث يتـم اسـتخدام فتيات صغـيرات في السـن لمـدة سـنتين، حيـث يتـم تصنيفهـن لثـلاث فئـات: A وB وC وبمـرور الوقـت كلهـن يصلـن للفئـة C، حين تكـون لديهن القـدرة للقيام بالأشياء العنيفة جدًّا في التمثيل، وقد يساعدهن على ذلك ثقافتهن التي أتين بها.

كما يجدر الذكر أن الإباحية تنافي القيم الأخلاقية والدينية.

هـل يمكننـا أن نقـول حقًّـا أن الإباحيـة جيـدة، ويجب عـلى الجميع أن يشاهدها على الرغم من أن صناعتها تقوم على أنقاض حياة وكرامة وأجساد أناس آخرين؟!!!

كما أننا نعلم جميعًا أنه خلال العصر الروماني كان يُقتل الآلاف من الناس والحيوانـات على المـسرح أمام الجماهـير، وكان المشـاهدون يتمتعون بذلك، أعتقـد أننا لدينا اليوم مسرح بل مسـارح من الشاشـات، حيـث أكثر الناس يتمتعون بالناس الذين يتأذون نفسيًّا وجنسيًّا في الأفلام الإباحية.





# أطباء الأطفال يصرّحون عن ضرر الإباحية[1]

اسم المترجم: خالد يعقوب الجيدة

## نص المقال:

هل فكرت يومًا بالتحدث مع الطبيب المختص للأطفال عن ضرر الإباحية على الطفل؟ هل تعتقد بأن الإباحية تشكل خطرًا على صحة الطفل؟

## التحركات ضد الإباحية:

خلال السنوات الأخيرة بدأت التحركات ضد الإباحية واعتبارها أنها تمس الصحة العامة للمجتمع. هنالك عدة ولايات من الولايات المتحدة الأمريكية أصدرت قرارًا تعتبر فيه أن الإباحية تشكل خطرًا على الصحة العامة، والولايات الأخرى ستحذو حذوها قريبًا، وفي كندا وبريطانيا خطر الإباحية مطروح للنقاش في برلمانهم، بينما السياسيون يتجادلون بشأن الإباحية والقوانين التي ينبغي أن تسن ضدها.

---

(1) *Evans, M., & Evans, M. (2017). Pediatricians Speak Out on Health Risks of Porn. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2017/09/21/pediatricians-name-risks-of-porn/*



نشرت جمعية الأطباء الأمريكيين مقالًا بشأن الضرر المترتب على الطفل جراء مشاهدته للإباحية، وهذا بعض ما تم ذكره في التقرير:

- الشعور بالصدمة والخوف والحزن.
- الشعور بالقلق.
- حدوث تشويه لفطرته السليمة والفهم السليم عما هو الجنس.
- الظن بأن الجميع يمارس الجنس.
- الظن بأن عدم ممارسة الجنس في سن مبكر وخارج الإطار الشرعي أمر غير منطقي وغير صحي.
- يشرح الدكتور بات لوف سبب إيذاء المواد الإباحية لأدمغة الأطفال والمراهقين في هذا الفيديو.
- التقليل من مخاطر الإباحية.

لا شك أنه من المستحيل أن يستطيع الوالدان منع ولدهما من مشاهدة الإباحية بصورة ١٠٠٪، ولكن هناك بعض الطرق تقلل من احتمالية تعرض الطفل للإباحية، وفي حال -لا قدر الله- تعرض للإباحية بشكل مفاجئ فإن احتمالية أن ينغمس فيها تكون أقل.

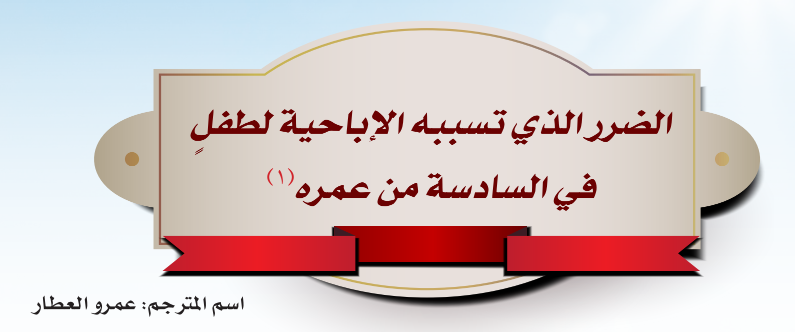
وتنصح جمعية الأطباء الأمريكيين الأطباء بأن يقوموا بهذه الأمور مع الآباء والأمهات:

- التحدث عن ضرر الإباحية للطفل ولوالديه.
- تقديم مادة للوالدين تشرح لهم كيف أن يحموا طفلهم من الإباحية.
- معالجة مَن يعانون من أعراض سلبية جراء مشاهدتهم للإباحية.

**الأطبـاء يصرحون:** مـن الجميل أن نرى بأن جمعيـة الأطباء الأمريكيين تتحدث عن ضرر الإباحية، ومن الأجمل أن نرى أطباء الأطفال (العائلة) قد تم تدريبهم من أجل توعية الناس بهذا الشأن.







# الضرر الذي تسببه الإباحية لطفلٍ في السادسة من عمره[1]

اسم المترجم: عمرو العطار

**نص المقال:**

كانت ليز ووكر تبلغ من العمر ست سنوات عندما جلست فتاة كبيرة بجانبها في الحافلة المدرسية وهمست بحماس قائلةً: «هل تريدين أن ترين شيئا؟» كانت هذه الفتاة تمسك بمجلة مليئة بالصور الإباحية!!

تقول السيدة ووكر: «عندما رأيت المجلة شعرت بالاشمئزاز، ولكن شعرت بالإثارة أيضا، لقد فتحت عيني ووعي على الحياة الجنسية في عمر لم أكن مستعدة فيه لذلك، واعتقدت -كطفل يبلغ من العمر ست سنوات- أن هذا ما على القيام به لأصل للنضج وأحظى بالاهتمام».

(1) *Marriner, C. (2019). The damage pornography did to a six-year-old child. The Sydney Morning Herald. Retrieved 7 July 2019, from http://snip.ly/ln5tb#http://www.smh.com.au/national/the-damage-pornography-did-to-a-sixyearold-child-20160205-gmmuv2.html*

بـدأت الفتـاة الصغيرة تنظر في الصـور الإباحية كل ظهر بعد المدرسـة، وحاولـت الخروج من السـيناريوهات المعتـادة التي شـاهدتها على الأطفال الآخرين كاللعب والضحك وممارسة الرياضة.

اهتمامها بالجنس في وقت مبكر جعلها تفقد عذريتها في الثانية عشرة من عمرها، وأصبحت لها علاقات جنسية متعددة خلال سن المراهقة.

وتقـول السـيدة ووكر: «كنت أبحث عن العلاقات الجنسـية أينما أكون؛ لأنني كنت أظن أن هذا ما تفعله كل النسـاء»، «كان لي سـمعة سيئة جدًّا وأنا في سن مبكرة».

ثـم تقول: «انتهى الأمـر بي إلى شرب الخمور وتناول المخدرات للتغلب عـلى «العجـز العاطفي»، وقضيت فـترة المراهقة المتأخرة «١٩ سـنة» وأوائل العشرينات من عمري داخل عيادات الطب النفسي».

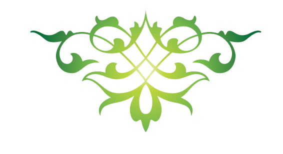
تقول السيدة ووكر: «كل ذلك بسبب اليوم المشؤوم في الحافلة المدرسية، كل ذلك بسـبب رؤية الإباحية مرة واحدة، وقبل ذلك لم يكن لدي أي وعي جنسي، وكانت لدت بيئة منزلية صحية، ولم تكن هناك عوامل أخرى تدفعني لفعل ذلك».

تحـذر السـيدة ووكر- وهـي الآن مديرة محترمـة لبرامج التربية الجنسـية للشـباب- مـن أن هنـاك أطفالًا يُعاد تشـكيل أدمغتهم من خـلال تعرضهم

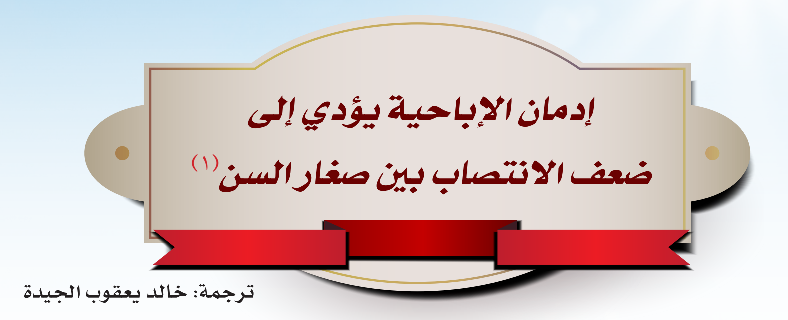


للأفـلام الإباحيـة، والتـي تجعـل فهمهـم الكامل عـن للجنـس يتلخص في «الأفلام الإباحية»!!، وتجعلهم يعتقدون أنه من المقبول أن يسيئوا إلى النساء.

- كما يحدث في الأفلام الإباحية».







# إدمان الإباحية يؤدي إلى ضعف الانتصاب بين صغار السن[١]

ترجمة: خالد يعقوب الجيدة

## نص المقال:

أصيبت الأم «جين» بالصدمة عندما رأت طفليها -الأول ذي السبع سنوات والآخر ذي التسع سنوات- يشاهدان الأفلام الإباحية.

مصممو مناهج الثقافة الجنسية يقولون بأن: طلاب المرحلة ما قبل الجامعة يعانون من إدمان الإباحية، ولديهم أفكار خاطئة عن الجنس.

وقال بيتر أحد المختصين من منظمة محاربة الانتهاكات الجنسية بأن: هناك مَن هم في المدرسة الابتدائية وقد شاهدوا أشنع الأفلام الإباحية، وأتى سؤال بريء من أطفال الصف السابع: لماذا لم يتم تعليمنا عن أخطار الإباحية من قبل؟

---

(1) *Shine, R. (2017). Pornography addiction, erectile dysfunction occurring at younger age, sex educator says - ABC News (Australian Broadcasting Corporation). Mobile.abc.net.au. Retrieved 7 July 2019, from https://mobile.abc.net.au/news/2017-08-04/push-for-more-schools-to-take-up-pornography-harm-education-for/8775312?pfmredir=sm*



وأضـاف بيتر قائلًا بأنه: تأتيه استفسـارات من حدثاء السـن عن طريقة للتخلـص مـن داء الإباحيـة، وينصح بـأن يُطلع الآباء أبناءهـم على خطورة ذلـك الـداء، ولا ينتظرون حتى يسـقط الفـأس في الرأس، قد يشـكل الأمر تحديًا بالنسـبة للأب والأم، وقد يسبب الإحراج لهما، ولكن أن يعرف الطفل حقيقة ذلك الأمر خير من أن يقع فيه نتيجة أصحاب السوء أو الإنترنت.

وقالـت والدة الطفلين: لقد أُكرهت على التحدث مع أطفالي عن أضرار الإباحية قبل وصول السـن الذي أراه مناسبًا لهم للحديث عن تلك الأمور، ولكـن هذا هو الواقع الذي نعيش به في هذا الزمان، وكان الطفل ذو السـبع سـنوات غير مرتاح وقـال: إنه يريد أن يكون كباقـي الأطفال يلعب ويمرح في الخارج، ولكن الطفل ذو التسـع سـنوات كانت تبدو عليه بوادر الشـعور بالحرج من جراء ما فعل، وكان مهمًا بالنسبة له معرفة: لماذا كنت متضايقة من مشـاهدته لتلك المقاطع؟ إذ بينت له بأنها ترسم صورة سيئة في عقل المشاهد وغير حقيقية عن المرأة.

وكما أكد بيتر بأن الإباحية تضر بتصرفات الأطفال تجاه النساء، وقال بأن الأطفال يسـتهلكون كمية كثيرة من الإباحية عكـس ما يتوقعه عامة الناس، وقبول العنف تجاه المرأة ما هو إلا نتيجة من النتائج السيئة من إدمان الإباحية،

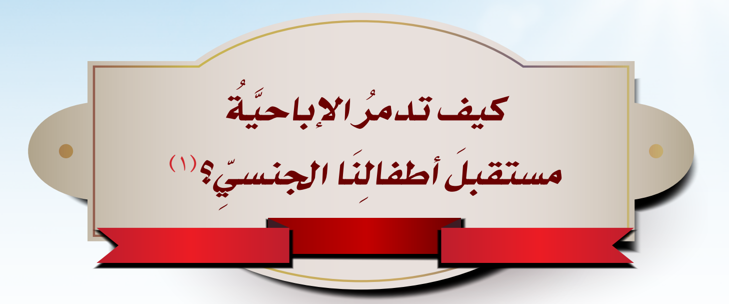
وكما تضر الإباحية بالأطفال من الناحية الصحية، إذ أول مرة يسجل في التاريخ أن المراهقين صغار السن يعانون من ضعف في الانتصاب.

وتعطي الأفلام الإباحية الأفكار الخاطئة عن الجنس وعن عدم أهمية الحصول على موافقة من قبل الطرف الآخر قبل الجماع، مما يجعل الشاب يبحث عن طرق لتطبيق تلك الأفكار وقد تكون غير مشروعة؛ مما يجعل الجيل في خطر الدخول في الإجرام منذ نعومة أظفارهم.

وكما أبدت جين اهتمامها بأن تنشئ أطفالها تنشئة سليمة؛ لكي يصبحوا رجال المستقبل، ووجود الإباحية بكثرة يجعلها في قلق بشأن مستقبل أطفالها، ودعت إلى أهمية توعية الأطفال بشأن خطورة الإباحية في المدارس وإن بدا تحديًا؛ لأن الإباحية ليست مصدرًا جيدًا للتعلم.







# كيف تدمرُ الإباحيَّةُ مستقبلَ أطفالِنَا الجنسيِّ؟(١)

**نص المقال:**

كتبت جونا مورهيد في الجارديان البريطانية مقالًا في ١٠ سبتمبر ٢٠١٦ تقول فيه:

عندما أخبرَ صديقي المعالجُ النفسيُّ أليسونَ أنَّه شبه متأكدٍ من أن ابنها البالغَ من العمرِ ثلاثةَ عشرَ ربيعًا يشاهدُ الأفلامَ الإباحيةَ، كانت ردةُ فعلها غاضبةً.

تقول أليسون: «لقد شعرتُ بالاستياءِ الشديدِ، ما الذي يدفع ابني أن يفعلَ مثل هذا؟!

هذا عمل منحرف، ولكنني أعلم أن ابني ليس كذلك».

(1) *Moorhead, J. (2016). How porn is damaging our children's future sex lives. the Guardian. Retrieved 7 July 2019, from https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2016/sep/10/how-porn-is-damaging-our-childrens-future-sex-lives*



ما تعلمتْهُ أليسون من هذا الموقفِ هو أنه من الطبيعيِّ للأولاد في مثل هذا السن أن تكون لديهم الرغبةُ في النظر إلى الصور المثيرة.

في الحقيقة، أثبتت دراسةٌ أجريت في بريطانيا أن متوسطَ العمرِ الذي يشاهدُ فيه الأطفالُ الإباحيةَ لأول مرةٍ هو ١١ سنة، أما بالنسبة للأولاد في عمر أكبرَ قليلًا، فبعدَ عملِ استبيانٍ لمشاهدةِ الإباحيةِ على ٣٠٠٠ طفلٍ بين عمر ١٣-١٨ سنة، ٨١٪ منهم قال: إنه شاهدَ الإباحيةَ ولو لمرةٍ واحدةٍ.

أليسون هافي وديانا بوتشيو ألَّفَتَا كتابًا لإيجادِ حلولٍ لمثل هذه المشاكلِ التي يواجهُهَا الآباءُ مع أبنائهم من هذا الجيل الرقمي، يخلُص الكتاب إلى استنتاجين مهمين:

**الأول:** أن الحوار مع الأبناء حول السلوك الجنسي يجب أن يحدثَ على عُمرٍ أصغرَ بكثيرٍ مما هو عليه الآنَ، ويجب أن يكون الحوار في البداية على نطاق العائلة.

**الثاني:** هو أننا بحاجة ماسة إلى الحوار أكثر من أي وقتٍ مضى، في ظل هذا النموِّ الهائلِ والمتزايدِ للإباحيةِ على شبكة الإنترنت والمتاحة للأولاد على هواتفهم النقالة.

تقول أليسون وديانا في كتابهما: «هناك خطرٌ كبيرٌ على هذا الجيل، فالإباحيةُ قادرةٌ على تغيير الحساسية الجنسية للأولاد وتدمير علاقاتهم المستقبلية».



أما بالنسبة للفتيات واللواتي لديهن اهتمامٌ أقلُّ بالإباحيةِ في هذا الوقت، فهن في خطرٍ أيضًا، وذلك يرجع إلى خطورةِ أن يخلط شريكهم المستقبلي بين ما يحدث من خيالات في الأفلام الإباحية وبين ما تحتويه العلاقة الجنسية الطبيعية.

الإباحية لها آثارٌ كبيرةٌ على المدى البعيدِ، وهذا ما لا يعرف الآباء عنه الكثير.

ولكن إذا قمتَ بعملِ بحثٍ على الشبكة عن الإباحية التي يشاهدها الأولاد هذه الأيام، ستجد أنها بعيدةٌ كلَّ البعدِ عن الإباحية التي يعرفها أبناء السبعينيات والثمانينيات.

نحن لا نتحدثُ حتى عن المشاهدِ الصارخةِ، ولكن نجد أن هناك فيديوهات ومشاهدَ تركز على إرضاءِ الذكور فقط، وأيضًا فإن الأغلبيةَ العظمى من الممثلات الإباحيات قد خضعْنَ لعملياتٍ تجميليةٍ للثدي وتغييرات أخرى في أجسادهن.

وبهذا يمكن للإباحية ترويضُ عقول الأولاد على توقع أشياءَ غيرَ موجودةٍ أصلًا في زوجاتهم وشريكاتهم المستقبليات؛ مما قد يكون له عواقبُ وخيمةٌ في المستقبل، الأمر لا يقتصر فقط على المشاهد بل أيضًا على المصطلحاتِ التي تُستَعْمَلُ في وصف هذه المشاهد؛ مما يشعرك أنك تتعامل مع سلعٍ في متجرٍ وليس مع بشرٍ من لحمٍ ودم.



على حسب ما تقوله الدراسة التي أجريت في معهد بحوث السياسات العامة في بريطانيا سنة ٢٠١٤، فإن ٧٧٪ من النساء يعتقدن أن الإباحية تجبر النساء على الظهور بمظهرٍ معينٍ، وقال ٧٥٪: إن الإباحيةَ أجبرتْهُنَّ على أن يتصرفوا تصرفاتٍ معينةً لإرضاء شركائهن.

الجماعُ من الدُبر هو أحد هذه الممارسات التي تُعرَض على أنها طبيعيةٌ، تقول أليسون، وهي أمٌّ لولدٍ وبنتٍ: «الحقيقة هي أن مثل هذه التصرفات لا يجب أن تعرض للأطفال على أنها شيءٌ طبيعيٌ البتة».

بالنظر في الكتاب، نرى أن أليسون ودينا يستنتجان أن الكلامَ عن أسلوب الحياة الذي يدور حول الجنسِ والكحولِ والموسيقى الصاخبةِ لم يعد يقتصرُ على الشباب في المرحلة الجامعية، بل أصبح شيئًا يتداوله الصغار في أعمار ١٢ و ١٣ سنة.

أيضًا في الأفلام الإباحية نرى أن الأفكار العنصريةَ والمثليةَ والأفكارَ التي تدعو إلى كره الجنسِ الآخرِ منتشرةً بكثرةٍ.

في الكتاب وضعت أليسون وديانا قائمةً بالكلماتِ العنصريةِ والبذيئةِ التي يقولها الأولادُ، وتسمعها البنات كلَّ يوم في الشارع. (تم حذف الكلمات؛ لأن معانيها غير مناسبة).



والآنَ، ما هي الرسالةُ التي يجب أن يوصلَها الآباءُ إلى أبنائهم، وما هي أفضل وسيلةٍ لذلك؟

قامت أليسون ودينا بعمل ورشات لطلاب المدارس كجزءٍ من مشروعهما والذي عنوانه: *http://therapproject.co.uk/the-latest-news/*«الحمايةُ و نشرُ الوعي» والذي يهدف إلى نشر الوعي بخصوص الإباحية وأثرها على الحياة والحماية من آثارها، حيث قامتا بسؤال مجموعةٍ من الطلبةِ فيما إذا قامَ أهلُهُم بمناقشة موضوع الإباحية معهم، وأغلبُ الإجابات كانت: لا.

وبهذا تكوَّنَت لدى أليسون قناعةٌ تامةٌ أنَّ الحوارَ المفتوحَ بين الأهل والأبناء حول هذا الموضوع في بداية فترة المراهقة ومن سن ١٠ سنوات هو شيء أساسيٌّ ولا يمكن التخلي عنه.

تقول أليسون: «إن أهمَّ ما يجب أن يعلمه أبناؤنا هو أن ما يشاهدونه في عالم الإباحية هو أبعد ما يكون عن ما يحدث في العلاقات الحقيقية، وأنها تفتقر لكل المعاني المهمة في تلك العلاقة من حُبٍّ وعطفٍ ومودةٍ».

عندما يتشجع الآباء لبدء الحوار مع أبنائهم، فلا شكَّ أن كلامهم سيكون له أثرٌ كبيرٌ.



المقتطفات التي أدرجَتْها أليسون في الكتابِ من كلامِ الأولادِ الذين ناقش معهم آباؤهم موضوعَ الإباحية توضح أن الكلام عالقٌ في أذهانهم.

يقول أحد الأولاد وعمره ١١ سنة: «أبي أخبرني أن المرآة يجب لا تُعامَلَ بعنفٍ كما في الأفلامِ الإباحيةِ؛ لأنَّ ذلك يؤذيها».

ويقول آخر: «أبي أخبرني أن الرجل الحقيقي هو الذي لا يشاهد الإباحيةَ، فالرجالُ الحقيقيون لديهم ثقةٌ بشريكات حياتهم ويعتنون بهنَّ جيدًا».

تقول أليسون: الحقيقة هي أن جميع الآباءِ يرغبون في حماية أبنائهم، وضحايا الأفلامِ الإباحيةِ معظمهم من الأولادِ في سنِّ المراهقة وكذلك الفتياتِ، فكلا الجنسين لديهم قابليةٌ وميلٌ نحو مشاهدةِ الأفلام الإباحية عندما يكونون وحدَهم.

الأخبار الجيدة هو أنه عند سؤال الأولاد: «هل ترغبُ في أن تعيشَ حياةً جنسيةً خاصةً مليئةً بالحبِّ والمعاني الحقيقيةِ؟ فجميع الإجابات كانت إيجابيةً.

إذا فالمكونات الرئيسة لتحقيق هذا الهدف هو الابتعادُ عن الإباحيةِ وأسلوبِ الحياةِ الطائشِ والاهتمامِ ببناءِ علاقةٍ حقيقيةٍ.

تقول أليسون: «إنَّ النصيحةَ التي نوجِّهُهَا لبناءِ علاقةٍ حقيقيةٍ وحياةٍ جنسيةٍ صحيةٍ هو اتباع أسلوبِ الأجيال السابقة، فكل ما تحتاجه هو إيجاد



فتاةٍ لديها اهتماماتٌ قريبةٌ من اهتماماتك، وأن يكون لديكما عواملُ مشتركةٌ، وبعدها يجب أن تفكر في ثلاثة أمور رئيسة هي: الزواج، والرومنسية والخصوصية.

هناك مشكلةٌ كبيرةٌ تواجهُ الآباءَ والمربِّين وهي الثقافةُ الصبيانيةُ التي بين الأولاد والتي تحتوي الكثيرَ من النكتِ والفكاهاتِ التي يتبادلُها الأولادُ حول الجنسِ والاغتصاب، وصعوبةٌ أنْ يواجِهَ الفتى مَنْ حولَهُ من أصدقاءِ السوءِ بأنَّ هذه أمورٌ خاطئةٌ، وأيضًا جعلهم يفهمون الآثار السلبية التي يتركها هذا السلوك على تصرفاتهم وطريقة تفكيرهم.

تقول أليسون: «نحن بحاجةٍ أن نُعلِّمَ الأولادَ أن بقاءك صامتًا عندما يقول أحدُ أصدقائك مثل هذه النكات هو إقرارٌ لما يقول وتشجيعٌ له على سلوكه الخاطئ».

إنَّ من يلعبُ ألعابَ الفيديو الجنسية ويسمعُ للموسيقى الهابطة ويشاهد الأفلامَ الإباحيَّةَ والعنفَ فهو يدعمُ أسلوبَ الحياة الإباحيةِ القائمِ على كره النساء، على الآباء أن يقوموا بدورهم فالخطرُ يحدق بالأبناءِ، وهم الوحيدون القادرون على حمايتهم منه.



## دراسات تظهر أن الأطفال -الذين تقل أعمارهم عن سبعة سنوات- يشعرون بالقلق إزاء مشاهدة المواد الإباحية على الإنترنت[(١)]

**نص المقال:**

اكتشفت الأبحاث أن الأطفال الذين تقل أعمارهم عن سبعة سنوات يشعرون بالقلق من مشاهدة الإباحية على الإنترنت من دون قصد.

ووجدت الدراسة الاستقصائية التي أجرتها «*Girl guiding*» البريطانية أن ٥٣ في المائة من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٧ و١٠ كانوا قلقين من رؤية «صور فظيعة» على الإنترنت.

وكانت الفئة العمرية الأصغر هي الأكثر اهتمامًا بهذا الأمر، وأعرب ٣٥ في المائة من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١١ و١٦ سنة، وأحد

(1) *Olivia Rudgard. (2017). Children as young as seven worried about seeing pornography online. The Telegraph. Retrieved 7 July 2019, from https://www.telegraph.co.uk/news/2017/08/22/children-young-seven-worried-seeing-pornography-online/*



الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٧ و٢١ سنة، عن قلقهم أيضًا إزاء مشاهدة المواد الإباحية غير المرغوب فيها.

وتشير إحصائية لدراسة «اتجاهات الفتيات» أيضًا إلى أن الآباء معرضون لخطر التقليل من شأن تأثير وسائل التواصل الاجتماعي على بناتهم، حيث تقول الفتيات: إنهن لا يشعرن بأن أمهاتهن وآباءهن يدركون الضغوط التي يواجهونها.

وقال أكثر من ثلث الفتيات البالغات من العمر ١١ إلى ٢١ عامًا اللاتي استجوبن في الاستطلاع بأنهن: يعتبرن أن مقارنة أنفسهن وحياتهن بالنسبة للآخرين من أكبر مخاوفهن على الإنترنت، في حين قالت نفس النسبة: إنهن قلقين من التهديدات من الغرباء.

كما أعرب ٣٦ في المائة منهن عن قلقهن إزاء الإغراء، كما أشار ٣٦ في المائة إلى كيفية استخدام الآخرين لصورهن باعتبارها واحدة من أكبر مخاوفهن.

وكان ثلاثة من كل ١٠ من الفتيات البالغات من العمر ١١ إلى ١٦ عامًا اللواتي أجبن على الاستبيان بأنهن يشعرن بالقلق إزاء كيفية ظهورهن في الصور، حيث ارتفع إلى ٣٥ في المائة بين الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٧ و ٢١ سنة.



## الآباء والخصوصية:

٥٦٪ من الآباء لا يشاركون صورًا لأطفالهم على منصات وسائل الإعلام الاجتماعية، و٤٢٪ يشاركون صورًا لأطفالهم.

من بين الممتنعين، قال ٨٧٪ منهم أن: السبب الرئيس هو الحفاظ على حياة أطفالهم الخاصة، وبالنسبة لأولئك الآباء الذين يشاركون الصور فإن ٥٢٪ يقولون بأن أطفالهم سعداء لهم للقيام بذلك، وكان حوالي ١٣ في المائة ممن تتراوح أعمارهم بين ١١ و ١٦ سنة، و ١٠ في المائة من الفئة العمرية الأكبر سنا (١٧-٢١) يشعرون بالقلق إزاء عدد الأصدقاء أو المتابعين على مواقع التواصل الاجتماعي، في حين أن ٢٢ في المائة من أولئك الذين تتراوح أعمارهم بين ١١-١٦ و ٢٦ في المئة من الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ١٧ و ٢١ عاما يشعرون أنهم يجب أن يتحققوا من هواتفهم أول شيء في الصباح وآخر شيء في الليل.

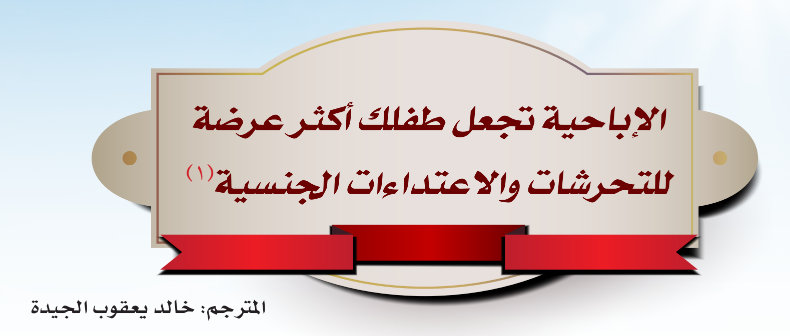
وشعر أقل من نصف الشابات (٤٧ في المائة) اللواتي شملهن الاستطلاع بأن آباءهم يدركون الضغوط التي يواجهونها على وسائط التواصل الاجتماعي، وقالت إحداهن والتي تبلغ ١٥ عامًا: «إن وسائل التواصل الاجتماعي أداة لا تصدق، ولكن هذه الإحصائيات تظهر أنه يمكن أن يكون لها أيضا تأثير سلبي على حياتنا».



«من خلال التجربة، يمكن أن يكون من الصعب أن نواجه وحدنا تلك الضغوط بالإضافة إلى الضغوط الأخرى بسبب كوننا مراهقين، ويمكن أن تصبح ساحقة جدًّا».







# الإباحية تجعل طفلك أكثر عرضة للتحرشات والاعتداءات الجنسية[1]

المترجم: خالد يعقوب الجيدة

**نص المقال:**

هل تعلم أن نسبة تعرض الأطفال للاعتداءات الجنسية والتحرشات أعلى بكثير ممن هم أكبر من ١٨، ووفقًا لدراسة فقد تم إثبات أن ٧٠٪ من ضحايا التحرشات والاعتداءات الجنسية هم من الأطفال، والدراسة أجريت في عام ٢٠٠٠ م قبل أن يتضخم سوق الإباحية، ويمتلئ بشتى أنواع الأفلام، فما هي النسبة المتوقعة بعد ذلك التضخم؟!

الإباحية لها ارتباط مباشر بتحرشات الأطفال، لذلك ينبغي على الآباء معرفة الطرق التي يمكن استدراج أطفالهم بها.

(1) *Jenson, K., & Jenson, K. (2013). 4 Ways Porn Makes Kids More Vulnerable to Sexual Abuse. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2013/06/28/4-ways-porn-makes-kids-more-vulnerable-to-sexual-abuse/*



## رؤية الطفل للإباحية تنشط الفضول الجنسي لديه:

يجعل المعتدون عادة ضحاياهم يشاهدون موادَّ إباحية لرفع الفضول الجنسي لديهم، وإحدى الطرق هي أن يرسل المعتدي موادَّ إباحية من خلال وسائل التواصل الاجتماعية بأسماء وأعمار مزيفة، ويوهم الطفل بأنه في مثل عمره، وبعد فترة من التعارف يطلب ذلك البالغ اللقاء؛ لينتهك تلك الطفولة البريئة.

## مشاهدة الطفل للإباحية تشوّه فطرته:

يستعمل المعتدي الأفلام الإباحية لإقناع الطفل بأن تلك الأفعال تعتبر طبيعية، وبأن الأطفال الآخرين يستمتعون بفعلها، ولا يفقه ذلك الطفل البريء بأن ذلك المقطع قد يكون وهما، وأنه تم إعداده خصيصًا لنشر تلك الأفكار المنحرفة.

## رؤية الطفل للأفلام الجنسية تفسد أخلاقه بالتدريج:

عادة ما يكون المعتدي ذا صبر طويل؛ إذ يتدرج مع الطفل خطوة خطوة، ففي بادئ الأمر يصادقه، وبعدها يلامس أجزاء الطفل الحساسة وغير الحساسة، وبعدها يعرضه لمشاهدة الإباحية، ومن ثم يسهل على ذلك الطفل فعل تلك الأمور المشينة.



## الأطفال عادة ما يشعرون بالعار والذنب جرّاء مشاهدة الإباحية:

يستعمل المعتدون تلك الحقيقة لصالحهم بحيث يتم إقناع الطفل بأنك لو أخبرت عائلتك بذلك الأمر، فإنهم سيستشيطون غضبًا منك، مما يجعل الطفل يخشى البوح بذلك الأمر لعائلته، ويستمر في ذلك الداء، ومما يجبر الطفل على عدم تكذيب كلام المعتدي بأن أبواه اعتادوا على تعنيفه لأتفه الأسباب؛ مما يجعله يخشى تعنيفا أكبر لمشاهدته الإباحية.

## إذًا كيف يمكن للآباء استعمال تلك المعلومات لصالح أطفالهم؟

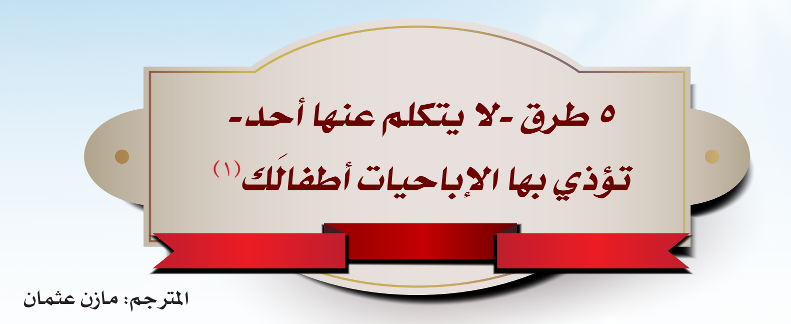
- أولًا ينبغي على الآباء تثقيف أطفالهم وتعريفهم بشكل مبسط يتناسب مع أعمارهم عن الإباحية وما هي ضررها، بحيث في حال شاهد الطفل تلك المشاهد إما قهرًا أو مصادفة فهو سيعرفها ويعرف ضررها.
- وينبغي على الأبوين أن يبلغوا أطفالهم بأنه لو تعرضوا للإباحية بأنهم لن يعنفوه، وينبغي عليه إبلاغهم ذلك الأمر للاطمئنان عليه، ويا حبذا لو تم ترسيخ ذلك المفهوم بصورة عملية بحيث لا يتم تعنيف الطفل على أتفه الأسباب؛ مما يجعله أكثر ثقة بذلك.



- في حالة معرفة بأنه قد تعرض طفلك لمحتوى إباحي أو تحرش جنسي من قبل صديق أو أحد من العائلة، اقطع علاقة طفلك بذلك المعتدي في الحال، ومن ثم استشر مختصا للتأكد من عدم تضرر طفلك من ذلك الحدث.
- التحرشات والاعتداءات الجنسية أكثر شيوعًا بين حدثاء السن، ولها من الضرر البالغ على الطفل ومستقبله؛ فقم بحماية طفلك من خلال تثقيفه عن تلك الأمور ومدى خطرها وكسر حاجز الرهبة فيما بينكم.







# ٥ طرق -لا يتكلم عنها أحد- تؤذي بها الإباحيات أطفالَك[1]

المترجم: مازن عثمان

(كريستين جنسون) مؤلفة كتاب (*Good pictures Bad pictures*) الـذي قـام مؤخـرًا (د. محمـد عبد الجـواد) المشرف العـام للموقـع بترجمته، تقول: كنت لا أملك أي دليل في السـابق على الطرق التي تؤذي بها الإباحية الأطفـال، كل ذلـك تغير عندمـا اتصلت بي أم وقالـت لي بصوت مضطرب أن: ابنهـا ذا الـ١٧ سـنة قام بالتحـرش الجنسي بإخوته الصغـار، وأن إدمانه للإباحيات قاده لفعل ذلك.

في اليوم التالي شعرت بضرورة ملحة لأحذّر الأطفال من مخاطر الإباحية، فتعاونت مع الدكتور النفسي (جيل بوينر) وكتبنا كتاب (صور جيدة وصور سيئة) والذي أصبح الأكثر مبيعًا على موقع أمازون.

(1) *Jenson, K., & Jenson, K. (2016). 5 Proven Ways Porn Harms Kids that No One Talks About. Protect Young Minds. Retrieved 7 July 2019, from https://www.protectyoungminds.org/2016/10/06/5-proven-ways-porn-harms-kids/*



بعد المكالمة التي تلقيتها من تلك الأم، سمعت قصصًا لا حصر لها عن أطفال يقعون في فخ الإباحية، وهؤلاء الأطفال ليسوا مجهولين أو من أسر مختلّة!

هناك قصة لفتاة صغيرة في قريتنا، مماثلة تقريبًا لقصص معظم الأطفال في تعرضهم للإباحيات، عندما كانت في الثامنة، سمعت كلمة «جنس» كثيرًا ممن حولها، وعندما أُهدي لها في عيد ميلادها موبايل لوحي (*Tablet*) مما سمح لها أن تدخل لعالم الإنترنت.

قامت الفتاة بالبحث في الإنترنت عما سمعته ولم تفهمه ممن حولها، فقط أدخلت كلمة «جنس»، وأصبحت بعد ذلك تشاهد أسوء وأفظع الإباحيات تخيلًا، أصبحت الفتاة منعزلة ومكتئبة بعد ذلك، حتى تفاجأت أمها أنها تشاهد الإباحيات منذ عدة شهور.

إنه من السهل رؤية كيف أن هذا السيناريو أصبح متكررًا وشائعًا.

يُحاصر الأطفال بفرص كثيرة لمشاهدة الإباحيات، فمن الممكن أن توجد في (التلفاز، الحاسوب، الهاتف الذكي، *i Pads* ، *Tablet*، الخ).

ويمكن تواجد الإباحية على مواقع التواصل الاجتماعي مثل: (تويتر، فيسبوك، انستجرام، سنابشات والعديد)، وممكن أيضًا أن يتعرض الأطفال للإباحية عن طريق ألعاب الكمبيوتر والـ(*Xbox*) وحتى ألعاب الكرتون على الإنترنت!



هناك طرق عديدة يمكن سحب الأطفال بها إلى الإباحية، وأطفال اليوم يجب عليهم أن يحاولوا تجنبها.

**ها هي خمس طرق تؤذي بها الإباحية الأطفال، وما يمكنك فعله لتجنبها:**

## ١ - الإباحية تعرقل النمو الطبيعي للأطفال:

**ها هي ثلاث طرق لحدوث ذلك:**

**❋ الضعف الجنسي:**

يوجد بحث يبيّن أن التعرض الزائد للإباحيات للأطفال أثناء السنين الأولى، أي بين سن (٦-١٢) أثناء الفترة التي يجب عليهم توجيه طاقاتهم في غير الأنشطة الجنسية، يكون الأطفال أكثر احتمالًا لضعف واختلال النمو الجنسي.

**❋ الاعتداء الجنسي:**

من فترة كبيرة علمنا أن الإباحية يستخدمها «المغتصبون البالغون» لتهيئة الأطفال للاعتداء الجنسي عليهم، كما أكد على ذلك د. شارون كوبر من (المركز المحلي للأطفال المفقودين والمستغلين جنسيًّا).

**❋ الإدمان الجنسي:**

أخيرًا، الأطفال الذين يشاهدون الإباحية يصبحون مدمنين عليها، لدينا الكثير مما يؤكد ذلك فيما سمعناه من الآباء، والمعالجين، ومجموعات مثل

(*Fight the New Drug*) حيث تلقينا رسائل بخصوص أطفال سنّهم في حدود الثماني سنوات، يطلبون مساعدتهم للتوقف عن مشاهدة الإباحيات.

**ما يمكنك فعله؟**

تكلم مع أولادك عن الإباحية بشكل استباقي قبل وقوعهم فيها.

درّب أطفالك عما سيفعلونه إذا ما تعرضوا للإباحيات-يمكنك أن تستخدم خطة كتاب (صور جيدة وصور سيئة) في ذلك.

تأكد من فهم أبنائك ألا يسمحوا لأي شخص أن يريهم إباحيات.

ساعد أطفالك لفهم أن الإباحية تؤثر سلبيا على أدمغتهم، وتصبح إدمانًا بعد ذلك.

عرّف أولادك أن لهم أعضاء جنسية خاصة بهم، ولا يمكن لأي أحد أن يقترب منها مما يحميهم من الاعتداء عليهم.

## ٢- الإباحية تشوّه فكر الأطفال عن الجنس:

الكثير من الأطفال يستخدمون الإباحية كمصدر ليتعلموا الجنس من خلاله، ولكن للأسف، عندما يشاهد الأطفال الإباحيات المنتشرة على الإنترنت، يتعلمون أن الجنس ما هو إلا حركات وأفعال شاذّة خالية من الحب والتوادّ بين الزوجين.



(د. جيل دينس) مؤلفة كتاب «كيف سرقت الإباحية علاقتنا الجنسية مع زوجاتنا؟»

«*Porn land: How Porn Has Hijacked Our Sexuality*»

تقول: «في الإباحيات، كل فعل بين الرجل والمرأة مصمم ليصل لأقصى درجة ممكنة من المهانة، وعلى الرغم من ذلك، يتم تصوير النساء وكأنهن في قمة السعادة، الآن أصبحت تلك الصور والأفكار تشوّه اعتقاد جيل كامل من الأطفال عن الجنس والحميمية».

إذن نحن لا يمكننا أن نتقبل ذلك، صحيح؟!

**ما يمكنك فعله:**

علّم أولادك قيمك وتصورك عن العلاقة بين الزوجين والذي سيجعلهم في المستقبل يقيمون علاقة سويّة مع أزواجهم في يوم ما، ساعدهم ليفهموا أن الإباحية تنزع من مشاهديها قدرتهم على إقامة علاقة حميمية فيها حب ومودة بين أزواجهم.

## ٣- الإباحية تغير من السلوك الجنسي، وتزيد من العنف الجنسي لمشاهديها:

يتنبأ أنه حتى المشاهد التي لا تحتوي على (إباحية صريحة) تزيد من احتمالية النشاط الجنسي المبكر بين المراهقين.



(د. مايكل فلود) من جامعة (ولونجونج) في أستراليا، أعد تقريرا للحكومة الأسترالية قال فيه: «أن النشاط الجنسي المبكر للمراهقين الذي قد يصل إلى ممارسة الجنس سببه التعرض لـ(إباحية غير صريحة) من خلال التلفاز ووسائل الإعلام الأخرى».

يخبر تقرير من (المملكة المتحدة) «الأطفال يحاكون ما شاهدوه في الإباحيات».

ذكر ذلك التقرير نسب الأطفال والمراهقين الذين يشاهدون الإباحيات، وقاموا بالإجابة بنعم على عبارة «إن الإباحيات أعطتني طرقًا لممارسة الجنس أريد تجربتها»:

- ٢١٪ من الأطفال سنهم يتراوح بين (١١-١٢).
- ٣٩٪ من الأطفال سنهم يتراوح بين (١٣-١٤).
- ٤٢٪ من الأطفال سنهم يتراوح بين (١٥-١٦).

الأطفال يريدون أن يقلّدوا الممارسات الجنسية التي تصور في الإباحيات مثل الجنس الشرجي والفموي.

مجددًا يخبر (د. مايكل فلود): «أصبحت فكرة ممارسة الجنس الشرجي منتشرة بين المراهقين؛ وذلك لأن الدراسات أشارت إلى أن ١٥-٤٢٪ من المشاهد الإباحية تحتوي على جنس شرجي».



خمسة دراسات أجريت على شباب من الجنسين، وجدت أن الرجال المعتادين على مشاهدة الإباحيات أكثر احتمالية أنهم قد مارسوا الجنس الشرجي مع فتاة، والفتيات اللاتي يشاهدن الإباحيات أيضا أكثر احتمالية أنهن مارسن نفس الشيء. (الجنس الشرجي يؤدي إلى زيادة احتمالية الإصابة بالأمراض المنقولة جنسيًّا «*STD*»، تلف في الأنسجة، وسلس البراز).

**ما يمكنك فعله:**

علّم اطفالك أن العلم يثبت أن الإباحية تغير من سلوكهم.

إذا كان لديك أبناء مراهقون، علّمهم أن الجنس هو عبارة عن نتاج الحب بين الزوجين، وليس فعل فيه عنف أو مهانة.

## ٤- الإباحية ترسخ فكرة «الإثارة» لدى الأطفال:

الإباحية هي أكبر سبب لجعل أجساد النساء «كالأشياء»، ففي حضارتنا الحالية ينتشر فكرة أن الفتيات يرغبن أن يكن «مثيرات» وتلك الفكرة هي مباشرة من الإباحيات.

ومن أحد أسباب ذلك أن الأطفال عند تعرضهم للإباحيات، ترغب الفتيات بشكل خاص أن يصبحن مقبولات عند الأولاد، فيجب عليهن أن يرتدين ملابس مثيرة أو يظهرن عموما بشكل مثير!

أنت لا تريد جعل أطفالك ينشؤون على تلك الفكرة، صحيح؟



**ما يمكنك فعله:**

لا تجعل بناتك الصغار يرتدون ملابس عالية الإثارة.

قم بفحص لعب بناتك وتخلص من الدمى المثيرة.

أخيرًا، حاول ألا تستخدم كلمات توحي «بالإثارة» عند وصف شخص ما، حتى لا تمرر الفكرة لأطفالك، أي قم بمراقبة ما تقول.

## ٥- الأطفال الذين يشاهدون الإباحية سيجعلون غيرهم من الأطفال فعل نفس الشيء:

في دراسة أجرتها (لاسي بينتلي) طالبة بكلية الطب جامعة (*Utah Valley*)، تم استبيان على ٢٣٨ امرأة و١٣٢ رجل عن تعرضهم الأول للإباحيات، وقد وجدت (لاسي) نتائج مفاجئة:

٣٢٪ من النساء و٤٠٪ من الرجال تعرضوا للإباحيات بواسطة شخص آخر، يكون في الغالب طفل آخر، ٤٨٪ من النساء و٤٩٪ من الرجال قالوا: إن أكثر من طفل كانوا سبب تعرضهم الأول للإباحيات.

الأطفال نادرًا ما يخبرون آباءهم عند تعرضهم الأول للإباحيات، وهذا ضار جدًّا؛ لأن السرية والخجل يزيدان من خطورة حدوث الإدمان، استبيان (لاسي) وجد أن فقط ٩٪ من البنات و٧٪ من الأولاد أخبروا آباءهم عن تعرّضهم للإباحيات في يومهم الأول لتعرضهم لها.



ليس ذلك فحسب، بل ٨٠٪ من الأطفال قاموا بالبحث عن الإباحيات بأنفسهم بعد تعرضهم الأول لها، وذلك حسب استبيان (لاسي) أيضًا.

لم يقف ضرر الإباحيات عند ذلك، يقول (د. شارون كوبر): «عندما يرى الأطفال والمراهقون الصور الإباحية، يصبحون مثارين جنسيًّا، وبعد ذلك يعتدون جنسيًّا على أطفال أصغر منهم».

**وهذه بعض الإحصائيات الصادمة:**

في (الولايات المتحدة) ٤٠٪ من الاعتداءات الجنسية على الأطفال قام بها «قاصر» أي دون الـ١٨ عامًا، وذلك تبعًا لبحث قام به (قسم العدل) عن الجرائم في أمريكا.

تقرير برلماني في المملكة المتحدة يذكر أن: «نسبة تصل إلى ٦٥٪ من الاعتداءات الجنسية على أطفال دون سن الـ١٨ قام بها أطفال دون نفس السن».

**ما يمكنك فعله:**

أن توعي أولادك مبكرًا ضد الإباحية. يمكنك الاستعانة بكتاب (صور جيدة وصور سيئة).

كن أول مصدر للمعلومات عما يتعلق بالجنس -بدلًا من جوجل- لأولادك.

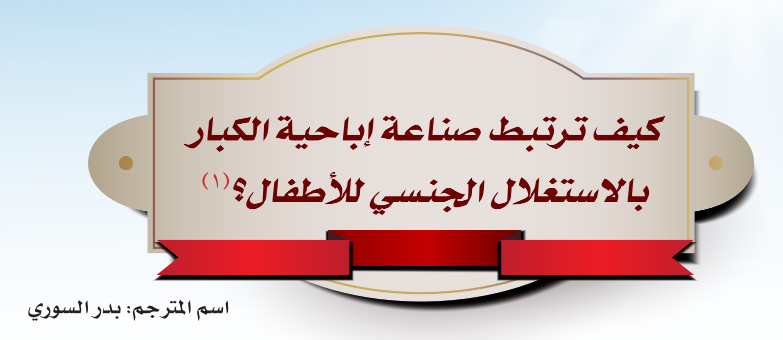
امنع بكل الوسائل الممكنة وصول أولادك للإباحيات باستخدام برامج للحجب.

لا تتوقف عن تحذير أولادك! الإباحية منتشرة -حرفيًّا- في كل مكان، حتى في مدرسة أولادك، فلا تكفّ عن تحذيرهم ومتابعتهم والاستماع إليهم.

لا يوجد أب أو أم يريد التحدث مع أولاده عن الإباحيات في الحقيقة، ولكن أولادنا يستحقون ذلك منا؛ لأن هذا هو العالم الذي سينشؤون فيه، يجب علينا أن نجعل أبناءنا يشعرون بالراحة وعدم الحرج في التحدث بما يدور داخلهم من أسئلة من أي نوع، فهذا هو الحل لإبعادهم عن الإباحيات.







# كيف ترتبط صناعة إباحية الكبار بالاستغلال الجنسي للأطفال؟(١)

اسم المترجم: بدر السوري

## نص المقال:

للوهلة الأولى، قد تبدو قضية المواد الإباحية للبالغين منفصلة تماما عن تلك الموجهة للأطفال، فتملك المواد الإباحية تعد جريمة للأطفال ناهيك عن مشاهدتها في الولايات المتحدة، في حين أن أي شخص يبلغ من العمر ١٨ عامًا أو أكثر يمكنه مشاهدتها باعتبارها شكلًا من أشكال الترفيه القانونية دون القلق من احتمال ملاحقته قانونيًّا، ومع ذلك، فإن الإباحية الموجهة للبالغين والإباحية الموجهة للأطفال هي أكثر ترابطًا مما تعتقد.

على سبيل المثال، واحد من أكثر المصطلحات بحثًا في أكبر موقع إباحي في العالم هو كلمة «*teen*».

(1) *How Child Sexual Exploitation & the Adult Entertainment Industry Are Linked. (2017). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/how-child-porn-and-the-adult-entertainment-industries-are-connected/?fbclid=IwAR3_m1LjhMpsmJ46ZpBFJ_gyyJYxHP_YNWGnof82lCu2ZZW9YS6Getq_AqM*



في حين أن الممثلين الذين يصورون عمومًا ليسوا في الواقع تحت السن القانونية، لكن المحتوى الجنسي يسيء للمراهقين ويتلاعب بهم، واحد من السيناريوهات الأكثر شعبية في هذا المجال هو فتاة في سن المراهقة تفضل ممارسة الجنس مع الذكور كبار السن، ويشكل هذا السيناريو عددا لا يحصى من الحالات، وهذا سيناريو تتم مشاهدته باستمرار وليس مجرد خيال نصي، فئة الإباحية هذه يمكن الوصول إليها بسهولة على معظم المواقع الإباحية، وشعبيتها تنمو باستمرار بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يكون هناك تداخل في محتوى الأطفال مقابل البالغين، على سبيل المثال رجل ينظر في البداية لمواقع إباحية خاصة بالكبار، وبطريق الخطأ رأى مقاطع إباحية تصور اعتداء جنسي على الأطفال قد يكون ذلك صادمًا وغريبًا في البداية، لكن يجد ذلك الرجل نفسه يتابع المزيد من المواد الإباحية للأطفال، نوع الإباحية الأكثر شيوعًا يبدو محيرًا، وأصبحت المواد الإباحية المتعلقة بالأطفال أكثر انتشارًا مما كنا نتصوره؛ فإن الناس الذين يتم القبض عليهم فعلًا لامتلاكها ليسوا سوى غيض من فيض.

استغلال القاصرين لأغراض تجارية هو من الأعمال التي تم التوسع فيها على شبكة الإنترنت لسنوات عديدة مضت، ومحتوياتها من مقاطع وصور تزداد سوءًا وقسوة كل عام، وفي عام ٢٠٠٨، وجدت مؤسسة مراقبة الإنترنت ١،٥٣٦ مجالًا من مجالات الاعتداء على الأطفال، وفقًا للجمعية



الوطنيـة لمنع القسـوة عـلى الأطفال، وكل أسـبوع هناك أكثر مـن ٢٠،٠٠٠ صورة من المواد الإباحية التي نشرت على شبكة الإنترنت.

وعـلاوة عـلى ذلك، تقـدر الخدمات الجمركيـة في الولايـات المتحدة أن المـواد الإباحية غير القانونيـة للأطفال ينشرها ما يقرب من ١٠٠ ألف موقع إلكتروني، أيضًا وفقا لتقرير صادر عن مجلس الأمم المتحدة لحقوق الإنسـان في عـام ٢٠٠٩، تقـدر قيمة إنتاج وتوزيـع المواد الإباحيـة المتعلقة بالأطفال بـما يتراوح بـين ٣ بلايين دولار و٢٠ بليون دولار، تجـارة مزدهرة! وتأثيرها ينتشر بسرعة، كواحدة من الناجين من استغلال الأطفال، «جايسا» واجهت اعتـداءات جنسـية طوال حياتهـا على أيدي أفـراد أسرتها، وكانـوا جزءًا من مجموعـة اعتـدت عليهـا جنسـيًّا كطفلـة، وبعد أن نشـأت في بيئـة تعرضت للاسـتغلال فيها مرارًا وتكرارًا من خلال المـواد الإباحية المتعلقة بالأطفال، أجـبرت عـلى الدخول في مجـال الاتجار بالجنـس وتمثيل مقاطـع إباحية، وتم نقلهـا إلى مـدن وبلدان مختلفة وبيعهـا للأصدقاء والقواديـن (تجار الجنس)، قصـة «جايسـا» محزنة للغاية ولكنها للأسـف ليسـت الوحيـدة، ففي الآونة الأخـيرة في تورونتـو بكندا، تـم إنقاذ ما يقـارب ٤٠٠ طفـل وألقي القبض عـلى ٣٤٨ مـن البالغين بعد إجراء تحقيق دولي ضخـم في مجال المواد الإباحية الذي أدى إلى إسقاط إمبراطورية إنتاج إباحية للأطفال تبلغ قيمتها ٤ ملايين دولار، وكانـت وزعت المحتوى غير القانوني عـلى أكثر من ٥٠ بلدًا في جميع

أنحاء العالم، ضبطت الشرطة أكثر من ٤٥ تيرابايت تحتوي مواد إباحية لأطفال، ولكن ما هو الأكثر إثارة للقلق في هذه القضية؟ المحزن أن العديد ممن اعتقلوا كانوا أشخاصًا عملوا مع الأطفال أو تفاعلوا معهم عن كثب، ومن بين المعتقلين ٤٠ معلمًا في المدارس، وتسعة أطباء وممرضات، وستة من موظفي إنفاذ القانون، وتسعة قساوسة وكهنة، وثلاثة رعاة للأطفال (زوج أم أو زوجة أب).

### العلاقة بين المواد الإباحية للبالغين والأطفال:

وقام المركز الوطني للاستغلال الجنسي بإعداد استعراض نوعي لأكثر من مائة دراسة علمية وقضايا قضائية وحسابات شخصية تبين بالتفصيل آثار المواد الإباحية للكبار على الاستغلال الجنسي للأطفال، ويغطي الاستعراض طائفة واسعة من العوامل، منها الطبيعة المتصاعدة لحدة الإدمان على المواد الإباحية، ودور المواد الإباحية في اشتهاء الأطفال جنسيًّا وإساءة معاملة الأطفال، ويقدم لمحة خاطفة عن عالم إباحية الأطفال وعن مستخدميها، واستشهد المركز في استعراضه بقضايا المحاكم التي تكشف عن نمط التصعيد الذي يتعرض له هؤلاء الأفراد، بدأ الكثيرون معاناتهم مع الإباحية مفتونين بسحرها ولكنهم شاهدوا أشياء متعلقة بالبالغين فقط ثم تطور الأمر لمشاهدة الإباحية المرتبطة بالأطفال. والحسابات التالية هي

مقتطفات من ثلاث قضايا منفصلة في المحاكم، وهي تثبت كيف يمكن أن تتدهور مشاهدة مواد إباحية للكبار إلى سلوكيات أكثر سوءًا وظلامًا.

**#هذه إحدى القصص تقول:**

«تمكنت منذ الصغر من الوصول إلى الإباحية، كان والداي يخبئان أشرطة إباحية في حقيبة مقفلة ولكنني وأخي وجدنا المفتاح وكنا كثيرا ما نحصل عليه بدون علم والداي، ارتبط ذلك بفضولي نحو الفتيات مما شكل دافعا قويا لإدماني لذلك السم المدعو إباحية، لم ينتهِ إدماني عندما كبرت ففي الكلية واصلت شراء الأشرطة الإباحية حتى انتشار الإنترنت، لقد تورطت حقا في هذا المستنقع فلا أنا أستطيع إشباع رغبتي ولا أنا أستطيع تركها، فقد كان من السهل جدًّا الحصول عليها، وما زاد الأمر سوءًا أصدقائي الذين «عشقوا» الإباحية كانوا يرشدونني نحو مواقع مختلفة، لم أتردد في البحث عن أي نوع من الإباحية يخطر ببالي، كنت أرغب بالمقاطع المصورة عفويًّا لا سينمائيًّا وكذلك المقاطع الفريدة من نوعها، حتى أرسل لي شخص ما صورة إباحية لأطفال حيث أشعلت الفضول في داخلي، لا أستطيع ترك هذا المستنقع، الأمر خارج عن إرادتي، فمن السهل جدًّا الحصول عليها، حاولت عدة مرات حذف كل ما لدي من الإباحية ولكن كنت أعود إليها دائمًا مرة أخرى، قضيت ساعات بعد ساعات من البحث والتحدث عبر الإنترنت،

بل تهربت كثيرًا من دروسي أو ذهبت في وقت متأخر إلى العمل بسبب ذلك، انظر هذه المقالة التالية: لفهم كيفية تفاقم مشكلة إدمان الأطفال.

### القصة الثانية:

هي لـ«أحد الرجال الذين اعتقلوا، المتهم بالاعتداء على ابنته الطفلة البالغة من العمر ١٨ شهرًا، قال إنه بدأ في مشاهدة المواد الإباحية الخاصة بالأطفال بعد أن «أصابه الملل» من الإباحية العادية، كان بحاجة إلى شيء أكثر إثارة، شيء مسلٍّ قليلًا، هذا ليس غريبا بالنسبة لمدمني الإباحية، وقد وجد الباحثون أن مدمني الإباحية يمكن أن يتعايشوا معها، ويحتاجون إلى المزيد والمزيد من الإثارة، يقول دكتور علم النفس في كاليفورنيا *Barry Gordon*: «هناك شيء ما إدماني من الناحية الفيزيولوجية حول هذا الموضوع بالنسبة للنظر إلى الصور أو المجلات الإباحية».

### القصة الثالثة:

لرجل وحيد في شقته، شاهد [الإباحية] للبالغين، وفي نهاية المطاف، وجد مواد إباحية للأطفال، كان يشاهد أساسًا مقاطع إباحية للكبار، ولكن في بعض الأحيان كان يبحث عن صور ممنوعة (إباحية) لأطفال، حصل على كل شيء من خلال خدمة تبادل الملفات، لذلك برّر امتلاكه وتعاطيه تلك الصور بأنه لم يدفع ثمنها، وبالتالي لم يكن يدعم هذه الصناعة، في كل

حالـة، بدأت قصة المتهم بالتعرض والانجذاب للمواد الإباحية، ومع مرور الوقت، الإثارة التي تسببها المقاطع الإباحية للكبار لم تعد كافية بعد الآن، كما قال أحد المتهمين: أصبحت «محروقة» (مملة). لذلك تخطوا الحدود وطاردوا المقاطع المتطرفة أكثر فأكثر؛ لتلبية إدمانهم المتنامي وتزايد الحاجة إلى المزيد من المواد غير المشروعة، فالشـيطان لا يوسوس بالكبائر بل يبدأ بالصغائر؛ حتى يضعف القلب وتموت زهرة الإيمان فيه، وبعدها يلهو به ويأمره بما يشاء.

## لماذا علينا الاهتمام لذلك؟

**أولًا:** نؤكد أننا لا نشـير إلى أن كل شخص يشاهد الإباحية سوف تتكون لديـه ميـول عدوانية أو مسـيئة، أو في نهاية المطاف سـيتأثر بمشـاهدة إباحية الأطفـال، ولكننا نسـلط الضـوء على الأدلـة العلميـة والتجريبيـة والوقائع الفرديـة التـي تخبرنا كيف يمكـن أن يؤدي عرض المـواد الإباحية إلى تسريع هـذه العملية وقيـادة مشـاهديها لأفعال مجهولـة وغير متوقعـة، وإلى جانب الأدلـة عـلى طبيعـة الإدمان الإباحيـة المتصاعـدة يتضمن اسـتعراض المركز الوطني للاسـتغلال الجنـسي (*NCOSE*) أيضًا بحثًا علميًّا يتضمن تفاصيل عن آثار الإباحية «العادية» (غير المتطرفة أو العنيفة) على مواقف ومعتقدات مشـاهديها، أجرى الدكتور *Joseph Buchman* من جامعة إنديانا دراسـة تحلل كيف أثرت المواد الإباحية غير العنيفة على المواقف الجنسـية لمشاهديها، وكانت نتائج الدراسـة صادمة - عندما شـاهد المشـاركون المـواد الإباحية،



فقد طوروا مواقف أكثر خطورة تجاه كل من الاعتداء الجنسي على الأطفال والاعتداء الجنسي على النساء.

نحن كثيرًا ما نسمع الناس يدعون أن الإباحية بسيطة، ولا يمكن أن تؤثر على الناس من حولنا، بعد كل شيء، يبدو أنها لا تسبب ضررًا لأي شخص، أليس كذلك؟ بل إنها تؤذي كثيرًا!

القصص الشخصية والأدلة التجريبية تؤكد أن الإباحية مؤذية بالنسبة لك، على أقل تقدير، يمكن أن يؤثر عرض المواد الإباحية على معتقداتك ومواقفك وسلوكك، وتغيير طريقة رؤيتك للآخرين، ومع ذلك، فإن آثاره يمكن أن تذهب أبعد من ذلك، فالصناعة الإباحية العالمية التي تبلغ قيمتها ٩٧ بليون دولار، تغذي الطلب على الاستغلال الجنسي بجميع أنواعه، سواء كان ذلك من الفتيان والفتيات والرجال والنساء المتّجر بهم، وصولًا إلى الاستغلال الجنسي التجاري للأطفال. والذي يمكن أن يبدأ كفضول مع المواد الإباحية للكبار، ويمكن أن يصعد إلى عالم أكثر ظلاما كاشتهاء الأطفال جنسيًّا، والاستغلال الجنسي، وإساءة معاملة الأطفال، وقد أصبح من الواضح بشكل متزايد أن صناعة إباحية الكبار والأطفال أكثر ترابطًا مما كنا نعتقد؛ لقد حان الوقت لاتخاذ موقف.

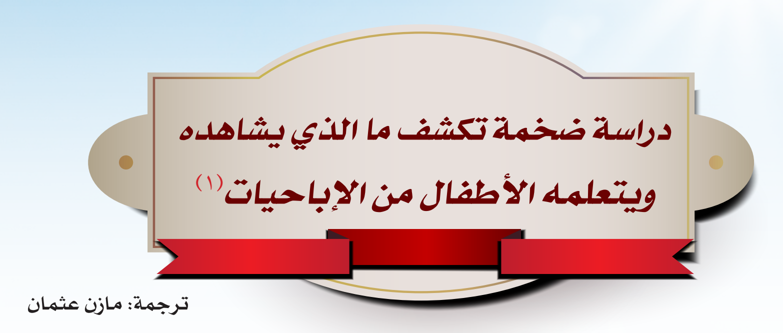


## ما الذي تستطيع فعله؟

إن النقر على المواد الإباحية يدعم مباشرة الطلب على الاستغلال الجنسي، شارك هذه المادة لحماية الأطفال الذين يتم استغلالهم والاتجار بهم وإساءة معاملتهم، بمشاهدتك للإباحية أنت تقتل الإنسان بداخلك، وتدمر زوجتك وتزرع الحزن بقلب أحبابك، تضيع دينك وتساهم في زيادة الاتجار بالبشر وتمول من يريد دمارك....، هل ما زلت تريد مشاهدة تلك السموم؟ طبعًا لا.







# دراسة ضخمة تكشف ما الذي يشاهده ويتعلمه الأطفال من الإباحيات(١)

ترجمة: مازن عثمان

**نص المقال:**

الجمعية القومية لمنع العنف ضد الأطفال (*NSPCC*) قامت مؤخرًا هذا العام ٢٠١٦ بعمل استبيان لأكثر من ١٠٠٠ طفل أعمارهم بين ١١-١٦ عاما، ووجدت أنه على الأقل فإن نصف عدد الأطفال تعرضوا للإباحيات عن طريق الإنترنت، من هذه المجموعة التي تعرضت للإباحيات تقريبًا ٩٤٪ منهم شاهدوا الإباحيات وهم بسن ١٤ عامًا.

المؤسسة البريطانية تعاونت مع جامعة ميدلسكس؛ لكي يدرسوا بشكل أكبر تأثير الإباحيات على الأطفال، في دراسة هي الأكبر من نوعها.

---

(1) *Kids Who Find Hardcore Porn Want To Repeat What They've Seen, Study Shows. (2017). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/massive-study-reveals-what-kids-are-watching-learning-from-online-porn/?fbclid=IwAR3qUB2T-ZzPdbHAuhxUnzcmxuzTKGbJGXHj-pp9jk6yJdV7nwv_hVp-jn4*

دون أي مفاجأة، تأثير الإباحيات على الأطفال كان ظاهرًا بشدة، العديد من الأطفال أظهروا أنهم يريدون فعل الذي شاهدوه من الإباحيات، أكثر من ثلث (٣٩٪) الأطفال الذين أعمارهم من ١٣-١٤ هم الذين أباحوا بهذا، وخمس (٢١٪) الأطفال الذين أعمارهم من ١١-١٢ أرادوا أن يقلدوا الأفعال التي شاهدوها في الإباحيات.

## هل تريد الجزء الهام؟

الأطفال أجابوا تلك الإجابات على الرغم من أن أكثر من٣/ ٤ الأطفال يوافقون على أن الإباحيات لا تساعدهم على فهم أنه يجب أن يكون هناك توافق بين الطرفين في العلاقة الجنسية.

الدراسة أظهرت أيضًا أن الأطفال أكثر احتمالية لأن يروا الإباحيات عن طريق الصدفة من أن يبحثوا بأنفسهم عنها، هذا يعني أن مع الكم الهائل من المواقع الإباحية الموجودة في يومنا هذا، ففي الحقيقة أنه من السهل لطفل أن يعثر بالصدفة على موقع إباحي، ثم بعد ذلك يبحث بنفسه عن الإباحيات، وتقريبًا ٢/ ٣ من الأطفال يكون التعرض الأول للإباحية لهم في بيوتهم.

واحدة من الاكتشافات المقلقة أن أكثر من نصف الأولاد في الاستبيان (٥٣٪) يعتقدون أن ما شاهدوه في الإباحيات كان حقيقيًّا، ويعتقدون أن ما يرونه في الإباحيات وصفًا صحيحًا للجنس.



هذا كان مقارنة بـ٣٩٪ من البنات الذين يعتقدون نفس الشيء، والعديد من البنات اللاتي تم استبيانهم قلن إنهن قلقات بسبب كيفية تغيير الإباحية لنظرة الأولاد للبنات وعن احتمالية تغير اعتقادات الأولاد حول الجنس.

اكتشاف آخر غير مفاجئ يوضح التدرج الطبيعي لمشاهدة الإباحية، فالأطفال وصفوا كيف أن مشاعرهم تغيرت حول الإباحية مع مرور الوقت، فهناك ٢٧٪ من الأطفال في الاستبيان أقروا أنهم شعروا «بصدمة» في أول مرة شاهدوا الإباحيات، ولكن بعد ذلك تم معرفة أن ٨٪ فقط من الأطفال يظلون مصدومين بعد أول مشاهدة للإباحيات، ولكن لماذا هذا غير مفاجيء؛ لأن هذه هي طبيعة الإدمان !.

تلك الدراسة الضخمة بواسطة الجمعية القومية لمنع العنف ضد الأطفال (*NSPCC*) توضح الدور الضخم التي تلعبه الإباحيات في تغيير الأطفال في تلك الأيام، الذي يتعلمه الأطفال من الإباحيات هو محض أوهام عن الجنس الطبيعي، ويكوِّن اعتقادات ضارة حول طبيعتهم الجنسية.

عن طريق تعليم وتربية الأطفال على أضرار الإباحيات، نستطيع -إن شاء الله- أن نحفظ الجيل القادم من الأضرار العديدة التي سوف تأتيهم من التعرض للإباحيات المنتشرة في مجتمعاتنا.

**وأنا أقول:**

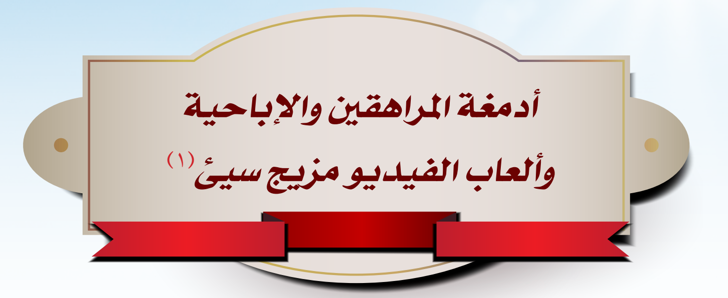
واستنتاجًا من تلك الدراسة فإن حجب المواقع الإباحية من الحكومات في بعض البلاد حتى وإن استطاع البعض كسر ذلك الحجب قرار ممتاز وفعال ومفيد؛ لأنه كما رأينا أن أعلى نسبة لتعرض الأطفال للإباحية يكون عبر الصدفة ويكون بالبيت، فلو حجبنا المواقع الإباحية فهذا سيكون تقليل كبير جدا لخطرها، وبهذا نثني على الدول التي اتخذت قرارها بحجب المواقع في بلادها، ونتمنى أن تنتهج باقي الدول منهجها القويم هذا.

**ماذا تستطيع أن تفعل؟**

انشر مثل تلك المقالات، وساعد الأطفال؛ لكي يفهموا أضرار الإباحيات هم وآباؤهم.







# أدمغة المراهقين والإباحية وألعاب الفيديو مزيج سيئ[١]

**نص المقال:**

ألقى الطبيب النفسي والأستاذ السابق في جامعة ستانفورد فيليب زيمباردو محاضرة في *TEDx talk* بعنوان «مصرع الفتيان»، موضحًا أن أدمغة الشباب يجري «إعادة تشكيلها رقميًّا» بسبب الإفراط في مشاهدة الإباحية وألعاب الفيديو، ويشير إلى أن هذه المسألة «أزمة» اجتماعية، وهو موضوع يتعلق بالصحة العامة ويجب معالجته.

زيمباردو، الذي صدر له مؤخرًا كتابه الجديد بعنوان «رجل فقد تواصله»، أقر في حديثه أن: «الرجال يحترقون أكاديميًّا، يضيعون اجتماعيًّا مع الفتيات، وجنسيًّا مع النساء».

(1) *Mixing A Lot of Porn and Gaming Fuels Social Isolation, Says Top Psychologist. (2018). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/psychologist-teenage-brains-porn-video-games-are-a-bad-mix/*



ويقـول: «إن مزيـج من الإباحية والألعاب يدفعان الشـباب إلى نوع من أزمـة متعلقـة برجولتهـم والتي تتركهم يعانـون من الملل في المدرسـة، وغير مهتمين بالتفاعل الإنساني، ويسعون إلى العزلة عن المجتمع».

وأضـاف: «إنهم يجمعون بين ممارسـة ألعاب الفيديو مـع -فاصل- ثم يشـاهدون في المتوسط ساعتين في الأسـبوع من المواد الإباحية»، هكذا قالت هيئـة الإذاعة البريطانية، واصفا النتائج التي لوحظت بعد مسـح أجري على ٢٠٠٠٠ من الناس، وكانت غالبيتهم من الشـبان، وأضاف: «إنه نوع جديد من الإدمان».

زيمباردو، وهو الرئيس السـابق للجمعية الأمريكية لعلم النفس يقول: «يتـم إثـارة الأطفـال عن طريـق مشـاهدة الفيديوهات، ولكن مـن الناحية الفسـيولوجية يصبحـون أقـل إثـارة، نحـن نسـميها *P.I.E.D*. أي ضعف الانتصاب الناشيء عن مشاهدة الإباحية لدى الرجال».

يقـول زيمباردو في كتابه: «إن الإباحية والألعـاب توفران بدائل للترفيه عـن واقـع الحيـاة والعلاقـات التي هـي أقـل إلحاحا بكثـير، وأكثـر جاذبية بكثير بالنسـبة للكثيرين من الجنس والرياضـة والتفاعل الاجتماعي في العالم الحقيقي».



ولكن مع مزيد من الطلب تكون سـببًا في أن الشخص يصبح أكثر عزلة عن الأنشـطة والتنمية المعرفية والاجتماعية، وتكسـبه المزيـد من المعاناة، كل هذا سيكون له تأثير سلبي كبير على النجاح في الحياة اليومية.

زيمبـاردو يشـجع الآبـاء والأمهات والمجتمـع ككل للتعـرف على هذا الموضوع وتتبع الاستهلاك الإعلامي لأطفالهم على شبكة الإنترنت، لا سيما عندما يتعلق الأمر بالإباحية وألعاب الفيديو.

زيمبـاردو لم يكـن الخبـير الأول الذي حذر من الآثار السـلبية لمشـاهدة الإباحيـة، فهناك علـماء وباحثون دائمًا مـا كانوا يفصحون أيضًا وباسـتمرار عن نتائجهم التي توصلوا إليها خلال السنوات القليلة الماضية والمتعلقة بهذا الموضوع.

فالدكتـور نورمـان دويدج العـالم الشـهير والطبيب النفسـاني، والمحلل النفـسي، والباحـث، والذي يعمل في جامعـة تورونتو قسـم الطب النفسي، وأيضًا في كلية البحوث في مركز جامعة كولومبيا للتحليل النفسي والتدريب والبحث في نيويورك، بالإضافه إلى كونه مؤلفًا لاثنين من مطبوعات نيويورك تايمز الأكثر مبيعًا، وقد قدم الدكتور دويدج أبحاثًا واسـعة حول الآثار التي تسببها الإباحية على الدماغ.



الاقتبـاس التالي من أفضل الكتب مبيعًـا للدكتور دويدج، وهو [الدماغ الذي يغير نفسه]، وهو يوضح تمامًا فيه كيف تؤثر الإباحية على الدماغ:

«أذواقنا الجنسية تُصممها خبرات الأفراد وثقافاتهم، ويتم اكتساب تلك الأذواق ثـم توصيلها وربطهـا في الدماغ، فنحن غير قادرين على التمييز بين ما لدينا من «طبيعتنا الثانية» وبين «طبيعتنا الأصلية» بسـبب المرونة العصبية لأدمغتنـا، فبمجـرد حدوث ربط وتوصيل للدماغ، فإن الشـخص يكتسـب الطبيعة الجديدة بيولوجيا كالأصلية».

وقال الدكتور دونالد هيلتون –الذي هو الآخر عالم نفس شهير وباحث في الآثار الضارة الناجمة عن الإباحية على الدماغ– ما يلي في دراسـته المنشورة له بعنوان: *Pornography addiction – a supranormal stimulus considered in the context of neuroplasticity*:

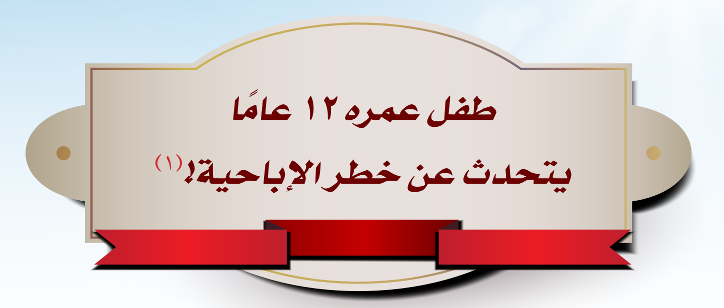
«المـواد الإباحيـة هي المختبر المثالي لهذا النوع مـن التعلم عبر محرك قوي من المتعة المحفزة، فالبحث المركز والنقر، والبحث عن مادة إباحية تسـتحق الاستمناء، هو ممارسة للتعلم من خلال المرونة العصبية».

في الأسـاس، الإباحيـة ذات طبيعـة إدمانية بشـكل كبير، ومثـيرة للغاية لأدمغتنـا، لهذا السـبب بالـذات، فإن الإباحية تشـكل تهديدًا خطـيرًا لعمل أدمغتنا بشكل طبيعي.

إذا الإباحيـة التي يتـم عرضها هي الأشـياء التـي تحتوي عـلى العنف، والشذوذ، والاغتصاب، والإذلال، أو أي من الفئات اللانهائية الأخرى من الإباحيـة المنحرفـة، هـذه الأمور تبـدأ في الواقع لتصبح هي التـي يفكر فيها المستخدم وتجذبه، وتثيره، ويرغب فيها.







# طفل عمره ١٢ عامًا يتحدث عن خطر الإباحية![1]

**نص المقال:**

كتبت هالي هالفيرسون تقول:

هذا صبي عمره ١٢ عامًا يتكلم بصراحة عن خطر الإدمان الإباحي: برنامج تلفزيوني كندي، *W5*، عرض مؤخرًا قصة الإباحية عبر الإنترنت هذه الأيام وتأثيرها المحتمل على الأطفال، والشخص الذي أجريت معه المقابلة طفل عمره ١٢ عامًا.

هذا الولد الصغير جوزيف تعرض لأول مرة للإباحية عبر الإنترنت وهو في سن التاسعة، عبر النوافذ المنبثقة الإباحية على مواقع الألعاب، وكذلك أصبح من السهل العثور على مزيد من الصور من خلال عمليات البحث في جوجل، مما أفسح المجال أمام إدمان كامل لتلك المواد.

---

(1) *This 12 Year Old Boy Is Speaking Out About the Danger of Porn Addiction - National Center on Sexual Exploitation. (2019). National Center on Sexual Exploitation. Retrieved 7 July 2019, from https://endsexualexploitation.org/articles/this-12-year-old-boy-is-speaking-out-about-the-danger-of-porn-addiction/*



ووصف تجربته قائلًا: «شعرت بمعدتي وكأنها متعفنة من الداخل إلى الخارج».

وقال إنه بدأ يدرك أن حساسيته بدأت تقل تجاه الصور الفاضحة بصورة واضحة، وأن حاجته إلى رؤية المزيد من الصور الأكثر تشددًا أصبحت في تصاعد.

وكما أظهرت الأبحاث، أن المواد الإباحية تغير المخ مثل المخدرات، بحيث أن الشخص المشاهد لتلك المواد يصبح مع مرور الوقت في حاجة ضرورية إلى جرعة أكبر أو أكثر تطرفا للحصول على نفس المستوى «المرتفع» من الدوبامين المتسبب في الشعور باللذة كما كان من قبل.

وأضاف «إنه الإدمان، بالتأكيد، مع الوقت ستجد نفسك محاصرًا في ذلك الإدمان، وكنت أطلب المشاهدة، وأحتاج إلى المزيد منها، وعندما لا أحصل عليها تحدث لي آثارًا جانبية»، قال جوسيف ذلك بوعي.

متوسط العمر الذي يتعرض الأطفال فيه للإباحية هو ١١ عامًا، ويشير بعض الخبراء إلى أنه يمكن أن يكون في سن ٩ أعوام، وهو ما يعني أن قصة جوسيف هذه فريدة من نوعها.

قل لوالديك، وبالتأكيد تحدث إلى والديك وقل لهم: «حدث ذلك بسبب تلك الإعلانات المنبثقة على شاشة حاسوبي، الرجاء مساعدتي».



وقال جوسيف عندما سئل عن رسالته إلى الأطفال الآخرين، ماذا يمكنه أن يقول لهم؟ قال:

«إنها بالتأكيد عالم من السرية، والكثير من الوقت يمكنك قضاؤه أمامها، وستشعر بأنك أنت الوحيد الذي لديه تلك المشكلة، وحقًّا إنه العكس تماما، تعامل معها في أقرب وقت ممكن؛ لأنها سوف تأكلك مثل الحمض».

إذا كان أي أحد من أطفالك يعاني من إدمان الإباحية أو تخشى عليه من الوقوع في شَرَك الإباحية يمكنك العثور على الحل هنا من خلال: دليل الوالدين لحماية الأبناء من خطر الإباحية.





## فتى بالصف الثامن يعتدي جنسيًا على بنات أخته بعد مشاهدة الإباحية على الآيفون الذي حصل عليه في عيد ميلاده[1]

اسم المترجم: هناء مصلح

**نص المقال:**

سابقًا قبل هذا الأسبوع، كتبت مقالة عن الأنباء الأخيرة في ولاية كنساس، فقد ازداد معدّلات الاعتداء الجنسي للأطفال على بعضهم البعض بشكلٍ حاد، و لوحظ أن في المملكة المتحدة قد أبلغت الشرطة عن هذه الظاهرة أيضًا (ما يُقارب ٤٠ ألف حالة خلال عامين فقط). و بعد وقت قليل من نشر المقالة، تلقيت بريدًا إلكترونيًّا من أم قد تواصلت معي؛ لأنها لم تسمع حديثًا عن هذه الظاهرة في مكان آخر.

سألتها إذا كان بإمكاني مشاركة قصتها؛ لأنها مثال قوي يوضح ما نحن بأمسّ الحاجة إلى مواجهة كارثة الإباحية في عائلاتنا، مساجدنا، مدارسنا،

(1) *8th grade boy sexually abuses nieces after viewing porn on iPhone he got for birthday. (2019). LifeSiteNews. Retrieved 7 July 2019, from https://www.lifesitenews.com/blogs/8th-grade-boy-sexually-abuses-nieces-after-viewing-porn-on-iphone-he-got-fo*



وفي مجتمعاتنـا، أرسـلت قائلـة: «أنا لسـتُ كاتبة، فقط سـأُخبر عـما يدور في قلبـي، أتمنى فقـط أن يكون كلامي هـذا مُفيدًا ليَعلم الناس كـم أن الإباحية شيءٌ شـنيع، ويعلمـوا الضرر الذي تسـببه للأطفـال والعائـلات كما فعلت معنا».

كان خطؤهـا الأول هو إعطـاء ابنها المراهق هاتفًا ذكيًّـا، كتبت لي قائلة: «ندمي الشديد هو إعطاء ابننا جهاز آيفون في عيد ميلاده عندما كان في الصف الثامـن (١٣ عـام)، أراد ابني أن يمتلك هاتفا بشـدة، فكرت أنا و زوجي أن الهاتف مكافأة جيدة لحسن تصرفه، كذلك لكونه مستعدا للذهاب للمدرسة الثانويـة خلال بضعة أشـهر، أصدقـاؤه يمتلكون هواتـف، لم يكن يقوم أي مشـاكل، وكان أيضًـا طالبًا مجتهدًا، كان متحمّسًـا للغاية عندمـا فتح هديته، حتـى إنـه قد اغرورقت عينـاه بالدموع، لم نكن نعلم أننا جميعًا سـنبكي أيضًا بسبب مخاطر ذلك الهاتف».

يُعتبر الضغط الذي تعرض له هذان الوالدان شائعًا جدًّا، وقد كتبت مرارًا وتكـرارًا أنه لا ينبغي إعطـاء الأطفال هاتف ذكي، حتـى في المرحلة الثانوية (إن أمكـن ذلـك)، وأجـاب العديد من الآبـاء بقولهـم: إن طلبات الحصول عـلى هاتف ذكي كانـت بلا هوادة. تجري حياة معظم المراهقين الاجتماعية في العـالم الإلكتروني -وهو عالم من وسـائل التواصـل الاجتماعي الذي يمكن



الوصول إليه فقط- عبر الهاتف الذكي، لهذا يريد الأطفال وبشدة اقتناء ذلك الجهاز الذي يتيح لهم إمكانية الدخول لهذا العالم.

كتبت الأم قائلة: «لاحظت بعد فترة وجيزة من حصول ابني على الهاتف أنه كان يستخدمه كثيرًا جدًّا، كنت أجبره أن يضع الهاتف جانبًا، لكنه سرعان ما كان يلتقطه مرة أخرى، أبقيت الهاتف في حجرة نومنا ليلًا، لم أكن أريد أن يبحث عن أشياء غير لائقة، أتذكر أنني كنت أفكر هكذا، لم أكن أعلم أنه يشاهد الأفلام الإباحية بالفعل». ومن هنا تحولت الأمور من السيئ إلى الأسوء.

أكملت قائلة: «في ذلك الصيف، لم نكن نعلم أنه سيطبق ما تعلمه على تلك المواقع الإباحية -الاعتداء الجنسي- على حفيدتي، ولأنه كان فتى «مسؤولًا»، جعلته أخته، التي كانت متزوجة، يرعى الأطفال عندما كانت بالخارج تقوم ببعض الأعمال، و يوما ما، مررت بالصدفة بجوار المنزل فذهبت لزيارتها وقرعت الباب، فتح ابني الباب وذهب للحمام بسرعة، أتت حفيدتي الجميلة إليّ وأخبرتني بعفوية ما فعله ابني بها، وسرعان ما جثوت على ركبتاي من هول ما سمعت، فطلبت منها أن تكرر ما تفوهت به لتوها.

### كانت تلك اللحظة هي بداية الكابوس:

لم أستطع أن أصدق ما سمعته منها! كررت حفيدتي ما قالته، وقد صُعقت، احتضنتها ومن ثم سمعت صوت باب الجراج يُفتح، وصلت



ابنتي للمنزل، أمسكت حفيدتي وطلبت منها أن تحكي لأمها ما أخبرتني إياه، ابنتي المسكينة كانت تعابير وجهها تنطق بالرعب، لكنها بقيت هادئة لأجل ابنتها، وأخبرتها كم أنها فخورة بها لإخبارنا ما حدث.

نظرت أنا وابنتي لبعضنا البعض بصدمة تامة وتقزز، ماذا سنفعل؟ ظللنا نردد هذا السؤال مرارًا وتكرارًا، طلبت من ابنتي أن تُبقي ابنتها بعيدًا، وبذلك لن تستطيع أن تراني وأنا أواجه ابني، كان لا يزال بالحمام، أخبرته بهدوء أن يُسرع، علينا الذهاب إلى المنزل. خرج، وأخبرته أن يدخل غرفة حفيدتي حيث وقعت فعلته، أغلقت الباب، وبهدوء وفورًا أخبرته ما قالته حفيدتي، أنكر ذلك، لكني أخبرته أن فتاة ذات أربع سنوات لن تصف ما حدث لها بهذه الطريقة دون أن يكون قد وقع بالفعل.

أخبرته أن يذهب و يجلس بالسيارة، وأخبرت ابنتي أنني سأتصل بالشرطة، استدعى زوج ابنتي الشرطة، أتت الشرطة لمنزلهم وقالوا أنهم سيقومون باستجواب ابننا في الصباح، وفي الصباح، أخذنا ابننا لمركز الشرطة وأخبرناه أن يقول الحقيقة، بعد استجوابه، أخبرنا المحقق أنه سيذهب به لسجن الأحداث، ومن المحتمل أن يقضي بضعة أيام هناك، كان قد بلغ الثالثة عشرة قبل بضعة أشهر، ولم يسمح له المدعي العام بالعودة للمنزل...



أراد الوصي القانوني أن يُسجن في سجن الأحداث التابع للولاية، باعتباره معتديًا جنسيًّا، لبقية حياته، ولن يخرج حتى يصل لسن الخامسة والعشرين.

عند تلك اللحظة، كتبت لي الأم، أنها قررت هي وزوجها أن يقاتلوا لأجل ابنهم؛ لأنهم شعروا أنه مجرد طفل وكذلك بحاجة إلى المساعدة، قاموا بتوكيل محامٍ، خوفًا من ما قد يحدث لابنهم على يد السجناء الآخرين إذا أُرسل لسجن الولاية حقًّا، تقول:

لقد كانت معركة طويلة، اكتشفنا، في منتصف تلك الأشهر العشرة، أن ابني قد تحرش باثنين آخرين من أحفادنا، لم يخبرانا بالحقيقة وكنا مستاءين للغاية، أردنا أن نستسلم، تحدثنا بعدها مع أحد المعالجين النفسيين بشأن ما يجب القيام به، فأحالنا إلى متخصص يتعامل مع المراهقين الذين يتحرشون بالأطفال، أكد لنا المتخصص أن ذلك لا يعني أنه سيكون متحرشًا لبقية حياته... قال لنا: أن الإباحية مشكلة كبيرة وأن هذا وارد الحدوث. أخبرنا أن: الأطفال المتحرشين خائفون أن يكونوا العلاقات الجنسية مع الأطفال الذين هم في نفس أعمارهم، لذلك يحاولون أن يطبقوا ما تعلموه من مشاهدة الإباحية على الأطفال الأصغر سنًّا، أخبرنا عن مراهقين يعالجهم في عيادته الآن، وكيف أنهم غيروا حياتهم وأصبحوا مواطنين صالحين.



أحـضروا طبيبًا نفسـيًّا، وقد أيـد رأي المعالج، رغم ذلـك، أصر الوصي القانوني أن يرسل الفتى لسجن الولاية، واستخدم أساليب المماطلة، في نهاية المطاف، كانت العقوبة ١٠ أشـهر في سـجن الأحداث على أن يتلقى العلاج النفسي أسـبوعيًّا بعـد قضاء تلك الفترة، لكن هناك آخريـن كُثر من مرتكبي الجرائم الجنسـية يظلوا بالسـجن لبقية حياتهم؛ بسبب جرائم بشعة ارتكبوها عندما كانوا في الثانية عشرة والثالثة عشرة من عمرهم، أثّرت تلك الأحداث على العائلة بحيث جعلتها غير قابلة للإصلاح:

نعيـش هذا الكابوس مـرارا و تكـرارا، نعتبر الآن أسرتـان منفصلتان، لكـن برحمـة الله أن بناتنا مـا زالـوا في حياتنا، نحـن خائفون أن يبتعـدوا عنا بسـبب قتالنـا لأجل ابننا...، لقـد أضاف ذلك الأمر عبئًـا في علاقتنا، لكننا نحب بعضنا البعض، ونأمل أن الزمن سيشـفي هذه الجروح، لا يريدون أن تربطهم أي علاقة بابننا.

لم أتخيـل يومًا أن عائلتنا سـتصبح هكذا، كنا فخوريـن بعائلتنا، تزوجت فتيـاتي الاثنتان من رجلين لطيفـين ولديهم أطفال رائعون، كنا نحيا مثل هذه الحيـاة الجميلة قبل حدوث كل ذلك، لا نسـتطيع أن نعود كما كنا سـابقًا، إن الأمر أشـبه بالموت، حقًّا إنه كذلك، اشـتقت لحياتنا السـابقة قبل أن أشتري لابني جهاز الآيفون. لكن، طالما نحن مسوؤلون عنه، لن يحمل ذلك الجهاز



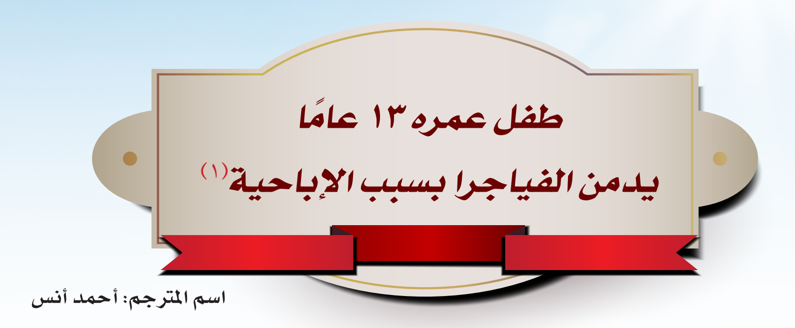
مرة أخرى، كذلك، روقب الإنترنت على جهاز الكمبيوتر في المنزل، الإباحية شر كبير، يفرق بين أفراد العائلات، أوصي بشدة بعدم السماح للأطفال بامتلاك آيفون، هاتف ذكي،... إلخ.

إن هذا الأمر لا يُناقش عادةً، لا أحد يريد أن يتحدث عما تسببه الإباحية من فظائع، والآن، أعاني أنا وزوجي بمفردنا، إنه عبء ثقيل جدًّا، لقد تلوثت تلك الذكريات الجميلة التي حاولنا صنعها كأب وأم مع بناتهم وولدهم أو كجد وجدة مع أحفادهم؛ بسبب هذا البلاء الذي أصاب عائلتنا، ندعو كل يوم لأجل التعافي، التسامح، والتصالح، إذا استطاع حديثي أن يمنع أي عائلة من مواجهة ما واجهناه، سيخفف هذا مرارة ما نعيشه.

- أدعو أن يكون هناك شيئًا يمكن فعله بشأن سهولة وصول المراهقين للإباحية، ينبغي أن تكون الإباحية شيئًا محظورًا، مثلها كشرب الخمر وتعاطي المخدرات؛ إنها تدمر حياة الناس.

لقد قلت هذا من قبل، وسأقوله مجددًا: كثقافة وكمجتمع، إن لم نواجه مشكلة الإباحية ستدمرنا، لقد غيَّر مبدأ العنف الجنسي -الذي يُعلم لجيلٍ بأكمله- رأي ملايين من الناس في الجنس، والعلاقات، وحتى في بعضهم البعض. الإباحية تُفسد الزواج، تخرب العائلات، وتدمر حياة الناس، وقد آن الأوان منذ وقت طويل أن نفعل شيئًا، وندرك أننا ببساطة ليس لدينا خيار آخر: يجب أن نواجه هذه الكارثة؛ لأنها أصبحت في كل مكان.





# طفل عمره ١٣ عامًا يدمن الفياجرا بسبب الإباحية[١]

اسم المترجم: أحمد أنس

**نص المقال:**

يقول فتى مراهق -طلب عدم الإفصاح عن هويته- إنّ حبوب الفياجرا قد أفسدت طفولته البريئة بعدما صار مدمنًا عليها في عمر الثالثة عشرة، وفقًا لدراسة أخيرة صدرت عن صحيفة *Sunday Mirror* البريطانية ويبلغ الفتى الآن ١٥ عامًا، وذكر أنه بدأ بمشاهدة الإباحية على هاتفه الذكي في عمر ١٢ عامًا.

وبعد فترة وجيزة صار يتعاطى حبوب الفياجرا بعدما أخبره صديق له أنه سيكون ضعيفًا في الفراش عند فقد عذريته مع خليلته، وأراد أن يكون -على حد تعبيره- كممثلي الإباحية، لذا تناول هذه الحبوب، ولم تمضِ فترة

(1) *Schoolboy became Britain's youngest Viagra addict at 13. (2016). Mail Online. Retrieved 7 July 2019, from https://www.dailymail.co.uk/news/article-3739548/Schoolboy-started-watching-porn-smartphone-aged-12-Britain-s-youngest-Viagra-addict-13.html*



طويلة حتى صار مدمنًا لهذه الحبوب، وبلغ به الأمر أنه كان يتعاطى ٦ حبات فياجرا كل ليلة يقض فيها حفلة ماجنة.

ويخضع هذا الفتى الآن لعلاج نفسي، ويقول الطبيب النفسي: إن حالته ليست بالنادرة. وعلق ستيف بوب، الطبيب النفسي المعالج، بقوله: يعتقد التلاميذ الصغار أن هذه الحبوب توفر متعة عديمة الضرر، لكنها تسبب الإدمان؛ بسبب الإثارة الناتجة عن المواد الكيميائية.

لم يُبلغ الفتى أحدًا بمشكلته إلا بعدما علم أنه لا يحصل على إثارة إلا باستخدام هذه الحبوب، وفي هذه الفترة، قال: إنه اضطر لسرقة مئات الدولارات من والديه ليمول إدمانه. وفي أثناء المقابلة قال: إنه يشعر بأنه لم يستمتع بطفولته؛ بسبب إدمان هذه الحبوب.

وأردف قائلًا: يعتقد الناس اليوم إن الفياجرا للرجال متوسطي العمر، لكن تلاميذ المدارس الآن يحصلون عليها، على الآباء والأبناء معرفة ما يحدث، تمنيت أني لم أتعاطها قط.

ويذكر أيضًا: أن ثلث الشباب على الأقل قد تعاطوا هذه الحبوب، وعندما أخبر خليلته أنه يتعاطى هذه الحبوب لإطالة مدة الانتصاب، شجعته على تعاطي المزيد، فكان يدفع ٥ دولارات نظير حبة فياجرا واحدة.



وقـال أيضًـا: عندما لم يعد بإمكانه سـداد ثمن حبـات الفياجرا، شرع في سرقـة المال من محفظة أمه، وفي هذه الفترة شـعر بأنه يقوم بعمل شـنيع، لكنه قال لم يكن أمامي خيار آخر، فعدم تعاطي الحبوب لم يعد أمرًا قابلًا للنقاش.

«لقـد كرهت نفـسي، ولم يكن بمقدوري السـيطرة عـلى تصرفاتي؛ كنتُ خائفًا من معرفة والدي بهذه الفعلة الشنيعة».

وبعدمـا أخبر والديه بإدمانه، تم تشـخيص سـلوكه بأنه «سـلوك جنسي قهري»، ويخضع حاليًا لجلسات علاج نفسي مرتين أسبوعيًّا.

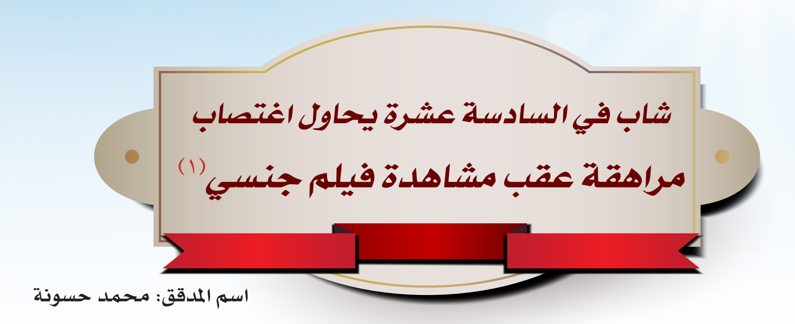
### لماذا يهمنا هذا؟

لا غرابة في سماع قصة من هذا القبيل، لأن المجتمع صارت فيه الإباحية أمرًا عاديًّا، وتُعيد الإباحية تشكيل سلوكيات جيلنا وتصوراته للجنس.

صارت الثقافة الجنسية تستمد اليوم من الأفلام الفاضحة بدلًا من بنائها بشـكل طبيعي، ويؤثر هذا التشـكيل السـلبي للحياة الجنسية سـلبًا على هذا الجيل والأجيال القادمة.







# شاب في السادسة عشرة يحاول اغتصاب مراهقة عقب مشاهدة فيلم جنسي(١)

اسم المدقق: محمد حسونة

## نص المقال:

منذ عامين قام شاب يبلغ من العمر ستة عشر عامًا بمحاولة اغتصاب لفتاة مراهقة، وذلك بعد مشاهدته لفيلم جنسي، وهو الأمر الذي أصاب الفتاة بالذعر الشديد من هول المفاجأة حينما قام بالهجوم عليها محاولًا اغتصابها، وحسب تقرير النائب (أندرو سيمبل) فقد تحدثت الضحية قائلة: إنها كانت تشعر بالتجمد في محلها، حيث إنها كانت لا تستطيع فعل أي شيء تجاهه سواء النطق أو الحركة أو حتى أن تضربه بقبضتها المحكمة على سبيل المقاومة، وكما ذكر المحامي أيضًا فإنه لا توجد أية علاقة جنسية سابقة ما بين

(1) *3 Attempted Sexual Assault Cases All Linked by "Fifty Shades". (2018). Fight the New Drug. Retrieved 7 July 2019, from https://fightthenewdrug.org/16-year-old-teen-jailed-for-trying-to-rape-teen-girl-after-seeing-fifty-shades-of-grey/*



الشـاب المدعـو (دكلان جودبي) وتلك الفتاة؛ مما جعـل الأمر غير مفهوم أو متوقع بالمرة.

وجاء في هذا الأسـبوع تقرير من جريدة (*The York Press*) يفيد بأنه تم الحكم على الشـاب (جودبي) بالإيداع في سـجن القاصرين لمدة ٢٧ شهرًا بالإضافة إلى وضع اسمه في سجل مرتكبي الجرائم الجنسية لمدة عشر سنوات، وكذلك إعطاؤه أمر حظر يفيد عدم التعرض للضحية طيلة حياته.

## الجريمـــة:

بعد القبض عليه اعترف الشاب (جودبي) بذنبه حيال اعتدائه جنسيًّا على الفتاة الضحية محاولًا اغتصابها، فهو قد قام بجريمته الشنعاء قبل عيد ميلاده السـابع عشر، وذلك بعد مشـاهدته لفيلم جنسي فور ظهوره بدور العرض، وقـد بـدا (جودبي) عاطفيًّا أثناء مثوله أمام محكمـة (*York Crown*) بعد أن وصفت هيئة النيابة ما قام به حيال الضحية.

وقـد تحدث القاضي (أندرو سـتابس) قائلًا: لقد فعلت فعلتك الشـنعاء هذه من أجل إشباع شهوتك الجنسية!!

حيـث سرد القاضي أنه بعـد الاطلاع على تقارير الطـب النفسي الخاصة بالشاب (جودبي) والبالغ من العمر ثمانية عشر عامًا الآن:



«أظهرت تقاريرك اتجاهاتك المضطربة تجاه النساء وكيفية معاملتهم»، كما قرأ القاضي أيضًا بيان تأثر الفتاة الضحية واصفًا كيف أثرت جرائم (جودبي) في حياتها باستمرار، وكيف أنها ما زالت مؤثرة على ثقتها بنفسها وقدرتها على تكوين علاقات بالرغم من مرور عامين على الحادثة البشعة.

بعدها تحدث محامي الدفاع عن (جودبي) قائلًا: «إن (دكلان جودبي) يعاني من صعوبات خاصة، ونقص في النضج، وأنه قد أظهر الندم على ما فعل».

فإنه بالفعل مرَّت على (جودبي) طفولة صعبة، ولكن بالرغم من ذلك فقد كان جيدًا في نظام الخدمات الاجتماعية، وهي التي كان قائمًا عليها.

وقام القاضي بتخفيف الحكم الصادر حيال (جودبي)؛ وذلك لصغر سنه البالغ ستة عشر عامًا وقت ارتكابه للجريمة.

**دورنا:**

نحن هنا لسنا بصدد توجيه أصابع الاتهام إلى ذلك الفيلم، وإلقاء اللوم عليه بشكل كامل؛ فإنه لا توجد أية وسيلة محتملة لعمل تحليل دقيق كامل حول ما يدفع الشخص للقيام بجرائم اعتداء جنسية تجاه الآخرين، ولعل المقابلة النهائية السيئة السمعة مع القاتل المحترف (تيد بندي) وتصريحاته



بخصوص تأثير المواد الإباحية عليه في تنفيذ جرائمه تدفعنا لأخذها قصة تحذيرية أكثر منها دافعًا مباشرًا لجرائمه الوحشية.

ولكن ما نود أن نشير إليه هنا أنه من الممكن جدًّا وجود علاقة مباشرة ما بين مشاهدة (جودبي) للفيلم المليء بالمشاهد الجنسية ذات الطابع القاسي وبين تأثيرها عليه واندفاع رغبته لممارسة الجنس العنيف المتضمن في الاغتصاب أيضًا، حيث كان من أقوال محامي الدفاع عنه أنه لم يكن ناضجًا بعد وقت الجريمة، وهذا يعني أنه وقع في صراع ما بين خياله الناتج من مشاهدة الفيلم وبين تحقيقه على أرض الواقع، وأضاف القاضي أن (جودبي) لديه «اتجاهات غير سليمة تجاه المرأة»، فنحن جميعنا نعلم أن المواد الإباحية تجسد المرأة وكأنها أشياء جنسية ليست أكثر، ومع مرور الوقت من الممكن جدًّا أن تؤثر مشاهدة المواد الإباحية على كيفية نظر المشاهد إلى عملية الجنس.

فإنه بالرغم من أن هذه القصة الصادمة ارتبطت بذكر ذلك الفيلم، فنحن نريد التوضيح بأنه لا يمكننا القول بأن ما قام به (جودبي) من محاولة اغتصاب قد جاءت بشكل مباشر؛ بسبب مشاهدته لهذا الفيلم، ولكن جاءت نيتنا لتوضيح أن الرسائل المستفادة من القصص الصريحة والصور الإباحية مثل تلك التي جاءت بالفيلم المذكور فإنه لا يمكنها أن تساعد المراهقين في التمييز بين ما هو طبيعي ويخص الحياة الجنسية السليمة، وبين ما قد يشكل خطرا صريحا عليهم.



## لِمَ الاهتمام؟

حيث إنه من الواضح أن الأفكار التي تمثلت داخل الفيلم تعتبر ضارة؛ وعليه فقد قمنا بتسليط الضوء على بعض من هذه الأفكار السلبية والضارة المتضمنة داخل الفيلم؛ فقمنا بعمل قائمة من خمس نقاط، وهي التي من الممكن أن نتعلمها من هذه القصة بكل أسف، وقد كانت كالتالي:

١- إذا كان مظهرك رائعًا، وكنت غنيًّا وناجحًا فإنه يمكنك القيام بأي أداء جنسي عنيف وغير سليم، ولن تجد أحدا لديه مشكلة في ذلك!!

٢- إن ممارسة الجنس تهدف فقط إلى السعادة، وإنه يجب علينا إزالة ما يسمى بالحب والرومانسية في هذا الموقف!!

٣- إلى البنات: إذا خرجتِ معه كثيرًا ورضختِ لأسلوبه العنيف فإنه من الممكن أن يحبك فيما بعد ويتغير!!

٤- إلى الرجال: من الممكن أن تمارس كل ما تريده من العنف مع الفتاة كما يخطر ببالك، وستجدها تحب ذلك!!

٥- كلما وضعت الكثير من المشاهد الجنسية العنيفة بمحتوى الفيلم كلما زاد تصنيف الفيلم؛ ليصبح الأفضل مبيعًا!!!



## ماذا يمكنك أن تفعل؟

إذا كنت رافضًا لهذا الطرق الملتوية والفاسدة مثل تلك الموجودة بداخل الفيلم، وتكره دخولها في مجتمعنا فما عليك سوى مشاركة هذا المقال ونشره على قدر المستطاع.

